راہنمائے عملیات

جون ۲۰۰۸

خالد اسحاق

حضرت صفیہ بنت عبدالمطلب رضی اللہ عنہا

یہ کون انتہائی صائب الرائے، سنجیدہ و باوقار اور معزز خاتون ہیں جو ہزاروں مردوں پر بھاری ہیں؟ یہ کون شیر دل صحابیہ ہیں جنہوں نے اسلام میں سب سے پہلے کسی مشرک کو قتل کیا؟ یہ کون دور اندیش خاتون ہیں جن کے ہاتھوں سے اس اولین شہ سوار کی نشوونما ہوئی جس نے اللہ کی راہ میں اپنی تلوار کو بے نیام کیا؟ یہ ہیں رسول اللہ کی پھوپھی ''صفیہ بنت عبدالمطلب''۔

مجد و شرف نے ہر طرف سے ان کا احاطہ کر رکھا تھا۔ ان کے والد تھے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے جد محترم، قریش کے لیڈر اور اس کے ہر دل عزیز سردار عبدالمطلب بن ہاشم۔ ان کی والدہ تھیں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خالہ ہالہ بنت وہب اور ان کے پہلے شوہر تھے ابوسفیان بن حرب کے بھائی حارث بن حرب، جن کا انتقال ہو چکا تھا۔ ان کے دوسرے شوہر تھے دور جاہلیت میں عرب خواتین کی سردار اور پہلی ام المومنین خدیجہ بنت خویلدؓ کے بھائی عوام بن خویلد اور ان کے بیٹے تھے حواری رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم، جناب زبیر بن عوامؓ۔ اس کے بعد شرف ایمان کے علاوہ مجد و شرف کا اور کون سا درجہ باقی رہ جاتا ہے، جس کے حصول کی تمنا کسی کے دل میں پیدا ہو سکتی ہے۔

ان کے شوہر عوام بن خویلد کی وفات کے وقت ان کے صاحب زادے ''زبیر'' ایک کم سن بچے تھے۔ باپ کے انتقال کے بعد زبیر کی پرورش و پرداخت کی ساری ذمہ داری ان کی ماں صفیہؓ کے اوپر آن پڑی اور انہوں نے ان کی تعلیم و تربیت میں ان خطوط کو اپنے سامنے رکھا جن پر آگے چل کر ان کے اندر سخت کوشی، جفاکشی اور شہ زوری و شہسواری کی صلاحیتوں کا ارتقا ہو۔ چنانچہ دوسرے بچگانہ کھیلوں کی بجائے وہ ان کو تیر اندازی اور کمانوں کی مرمت کا کھیل کھلایا کرتی تھیں۔ وہ ان کی تربیت کے معاملے میں اپنا رویہ نہایت سخت رکھتیں اور اس سلسلے میں کسی قسم کی نرمی کو راہ دینے کی روادار نہ تھیں۔ وہ برابر ان کو خوف ناک اور پرُ خطر جگہوں میں داخل کرتیں اور جب ان کے اندر کسی قسم کی ہچکچاہٹ یا جھجک محسوس کرتیں تو بڑی سخت مار مارتی تھیں، یہاں تک کہ ایک دفعہ زبیر کے ایک چچا نے اپنی خفگی کا اظہار کرتے ہوئے صفیہؓ سے کہا کہ بچوں کو اس طرح بے دردی کے ساتھ نہیں مارا جاتا۔ تم تو بچے کو اس طرح مارتی ہو جس سے ماں کی ماممتا اور پیار کی بجائے غیظ و غضب کا اظہار ہوتا ہے۔

لیکن انہوں نے اس احتجاج کو رد کرتے ہوئے کہا:

''جس نے کہا کہ میں اس کے اوپر اپنے غصے کا اظہار کرتی ہوں، اس نے غلط کہا۔ میں تو اس کو صرف اس لیے مارتی ہوں کہ یہ چالاک اور ہوشیار ہو جائے اور لشکر کو شکست دے کر مال غنیمت کے ساتھ واپس آئے''۔

> **مجھے یہ بات معلوم ہو چکی ہے کہ میرے بھائی کی لاش کا مثلہ کیا گیا ہے۔ لیکن یہ تو اللہ کی راہ میں ہوا ہے''۔ انہوں نے صبر و استقامت کا مظاہرہ کرتے ہوئے کہا۔**

جب اللہ تعالیٰ نے اپنے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو دین حق و ہدایت دے کر مبعوث فرمایا، ان کو لوگوں کے لیے بشیر و نذیر بنا کر بھیجا اور ان کو اپنی اعزہ و اقربا سے اپنی دعوتی سرگرمیوں کا آغاز کرنے کا حکم دیا(۱) تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے بنی عبدالمطلب کے سارے مردوں، عورتوں، بڑوں اور چھوٹوں کو جمع کر کے ان سے خطاب کرتے ہوئے فرمایا:

''اے فاطمہ بنت محمد صلی اللہ علیہ وسلم! اے صفیہ بنت عبدالمطلب! اے آل عبدالمطلب! میں اللہ تعالیٰ کے سامنے تمہارے کسی کام نہیں آؤں گا''۔(۲)

پھر آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ان کو ایمان باللہ اور ایمان بالرسالت کی دعوت دی تو کچھ لوگوں نے اس سے اعراض کیا۔ صفیہ بنت عبدالمطلبؓ تصدیق کرنے والے اہل ایمان کے پہلے گروہ میں شامل تھیں، اور اس وقت انہوں نے مجد و شرف کو ہر طرف سے سمیٹ لیا۔ ان کو نسبتی شرافت کے ساتھ اسلام کا اعزاز بھی حاصل ہو گیا۔

صفیہ بنت عبدالمطلبؓ اور ان کے نوجوان صاحبزادے جناب زبیر بن عوامؓ نکہت و نور کے اس قافلے میں شریک ہو گئے اور ان تمام شدائد و مصائب کا سامنا کیا جو کفار قریش کے ہاتھوں السابقون الاولون کو برداشت کرنے پڑے تھے۔ پھر جب اللہ تعالیٰ نے نبی کریم ﷺ اور اہل ایمان کو ہجرت مدینہ کی اجازت دی تو دودمان ہاشم کی اس معزز خاتون نے مکہ کی اپنی تمام خوبصورت یادوں اور خاندانی و موروثی شرافتوں اور قابل فخر یادگاروں کو اپنے پیچھے چھوڑ دیا اور اللہ اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے لیے ہجرت کی نیت سے صرف اپنے دین کو لے کر مدینہ کی جانب روزانہ ہو گئیں۔

اس وقت حضرت صفیہ رضی اللہ عنہا کی عمر تقریباً ساٹھ سال تھی لیکن اس کے باوجود انہوں نے جہاد کے مختلف میدانوں میں ایسے ایسے عظیم الشان کارنامے انجام دیئے جن کا ذکر اسلامی تاریخ ہمیشہ

حیرت کے ساتھ کرتی رہے گی اور ان کی تعریف میں ہمارے مورخین برابر طلب اللسان رہیں گے۔ ہمارے لیے یہاں ان میں سے صرف دو کارناموں کا ذکر کافی ہے۔ ان میں سے پہلے کا تعلق غزوۂ احد اور دوسرے کا تعلق جنگ خندق سے ہے۔

غزوہ احد کے موقع پر حضرت صفیہ مسلمان خواتین کی ایک ٹولی میں شامل ہو کر مجاہدین کے لشکر کے ساتھ جہاد فی سبیل اللہ کے لیے نکلیں۔ اس موقع پر وہ پیاسوں کو پانی پلانے کے علاوہ تیروں کی درستی اور کمانوں کی اصلاح و مرمت کی خدمت بھی انجام دے رہی تھیں۔ اس کے علاوہ ان کا ایک خاص مقصد یہ بھی تھا کہ وہ تمام جنگی کاروائیوں کا بچشم خود مشاہدہ کر سکیں اور اس میں تعجب کی کوئی گنجائش اس لیے نہیں کہ خود ان کے بھتیجے محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم، بھائی جناب حمزہ بن عبدالمطلب ؓ اور بیٹے جناب زبیر بن عوام ؓ حواری رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم بھی اس جنگ میں شریک تھے اور ان تمام باتوں سے بڑھ کر اور ہر چیز سے پہلے اس معرکے سے اس اسلام کا مستقبل وابستہ تھا جس کو انہوں نے بہ رضا و رغبت قبول کیا تھا۔

جب انہوں نے دیکھا کہ ایک قلیل تعداد کے علاوہ سارے مسلمان رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو میدان جنگ میں تنہا چھوڑ کر منتشر ہو گئے اور قریب تھا کہ مشرکین رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم تک پہنچ کر آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی زندگی کی شمع کو گل کر دیں تو انہوں نے اپنا مشکیزہ زمین پر پھینک دیا اور اس بپھری ہوئی شیرنی کی طرح جھپٹ پڑیں جس کے بچوں پر حملہ کر دیا گیا ہو۔ انہوں نے ایک بھاگتے ہوئے مسلمان کے ہاتھ سے اس کا نیزہ چھینا اور دشمن کی صفوں کو چیرتی، نیزے سے حملہ کرتی اور گرج کر یہ کہتی ہوئی آگے بڑھیں:

''تمہارا برا ہو، کیا تم لوگ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو چھوڑ کر بھاگے جا رہے ہو''؟

جب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ان کو آگے بڑھتے دیکھا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو اس بات کا اندیشہ لاحق ہوا کہ کہیں ان کی نگاہیں اپنے بھائی جناب حمزہ بن عبدالمطلب ؓ کی لاش پر نہ پڑ جائیں جو زمین پر پڑی ہوئی تھی اور مشرکین نے مثلہ کر کے اس کی شکل بری طرح سے بگاڑ دی تھی۔ اس لیے ان کے بیٹے جناب زبیر بن عوام ؓ کی طرف اشارہ کرتے ہوئے فرمایا:۔

''زبیر! اپنی ماں کو روکو، ان کو ادھر نہ آنے دو''،

تو انہوں نے آگے بڑھ کر ان کو روکتے ہوئے کہا: ''امی! پیچھے ہٹیے، ادھر نہ آیئے'' مگر انہوں نے ان کو ڈانٹتے ہوئے کہا ''پرے ہٹ جا'' تو جناب زبیر ؓ نے کہا: ''رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا حکم ہے کہ آپ واپس چلی جائیں''۔

''مگر کیوں؟ مجھے یہ بات معلوم ہو چکی ہے کہ میرے بھائی کی لاش کا مثلہ کیا گیا ہے۔ لیکن یہ تو اللہ کی راہ میں ہوا ہے''۔ انہوں نے صبر و استقامت کا مظاہرہ کرتے ہوئے کہا۔ تب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ ''ان کا راستہ چھوڑ دو'' اور وہ ان کے راستے سے ہٹ گئے۔

جنگ کے خاتمے پر جب انہوں نے اپنے بھائی جناب حمزہ ؓ کی لاش پر کھڑے ہو کر دیکھا کہ ان کا پیٹ چاک کر کے ان کا کلیجہ نکال لیا گیا ہے، کان اور ناک کاٹ لیے گئے ہیں اور چہرہ مسخ کر دیا گیا ہے تو ان کے لیے مغفرت کی دعا کرتے ہوئے فرمایا:۔

''یہ سب اللہ کی راہ میں ہے، میں اس کے فیصلے پر راضی ہوں۔ اللہ کی قسم! میں صبر کروں گی اور اسی سے اجر کی امید رکھوں گی''۔(۳)

یہ تھا صفیہ بنت عبدالمطلب ؓ کا وہ کردار جو انہوں نے غزوۂ احد میں ادا کیا، اور جو کردار انہوں نے جنگ خندق کے موقع پر پیش کیا تھا اس کی داستان بھی نہایت جرات آفریں اور حیرت انگیز ہے، جس کا تانا بانا ذہانت و ہوش مندی اور شجاعت و دور اندیشی نے مل کر تیار کیا ہے۔

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا معمول تھا کہ جب آپ صلی اللہ علیہ وسلم کسی غزوے کا ارادہ فرماتے تو اس اندیشے سے کہ کہیں کوئی غدار ان کے محافظوں کی عدم موجودگی سے فائدہ اُٹھا کر غداری پر آمادہ نہ ہو جائے، عورتوں اور بچوں کو کسی محفوظ قلعے میں چھوڑ دیتے۔ چنانچہ حسب معمول غزوہ خندق کے موقع پر بھی آپ ازواج اپنی پھوپھی اور کچھ دوسری مسلمان خواتین کو ان کی حفاظت کے پیش نظر جناب حسان بن ثابت ؓ کے ایک قلعہ میں جو ان کے آباؤ اجداد سے وراثت میں ان کو ملا تھا اور مدینے کے قلعوں میں سب سے محفوظ اور دشمن کی پہنچ سے بہت دور تھا، بھیج دیا۔

اسی اثناء میں کہ مسلمان، قریش اور اس کے حلیف قبائل کے مقابلے میں خندق کی اطراف میں پہرہ دینے اور دشمن کے ساتھ جنگی مصروفیات کی وجہ سے عورتوں اور بچوں کی حفاظت سے غافل ہو گئے تھیں صفیہ بنت عبدالمطلب ؓ نے رات کے پچھلے پہر کی تاریکی میں ایک انسانی وجود کو حرکت کرتے ہوئے دیکھا۔ انہوں نے اس کی طرف اپنے کان لگائے اور اسے غور سے دیکھا تو معلوم ہوا کہ وہ کوئی یہودی ہے جو قلعے کی طرف آ رہا ہے۔ وہ قلعے کے حالات معلوم کرنے اور اس کے اندر موجود لوگوں کی ٹوہ لینے کے لیے اس کے گرد چکر لگانے لگا۔ صفیہ رضی اللہ عنہا فوراً سمجھ گئیں کہ یہ اپنی قوم کا جاسوس ہے اور یہ معلوم کرنے آیا ہے کہ آیا قلعے میں صرف عورتیں اور بچے ہی ہیں یا ان کی حفاظت کے لیے کچھ مرد بھی موجود ہیں؟ اس حقیقت سے آگاہ ہونے کے بعد انہوں نے اپنے دل میں کہا:۔

''بنو قریظہ کے یہودی یقیناً اس عہد کو توڑ کر، جو ان کے اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے درمیان تھا، مسلمانوں کے خلاف قریش اور ان کے حلیفوں کی مدد پر آمادہ ہو چکے ہیں اور ہمارے اور ان غداروں کے درمیان ایک بھی مسلمان نہیں جو ان کے مقابلے

بقیہ صفحہ 53 پر............

قسط 26

الجواہر اللماعة

الجواہر اللماعة جس کے مصنف الاستاذ الکبیر الشیخ علی الوحی اللہ المرزوقی ہیں کی عملیات کے موضوع پر عربی زبان کی ایک نہایت ہی قدیم کتاب ہے۔ **راہنمائے عملیات** میں ہر ماہ اس کتاب کا سلسلہ وار ترجمہ آپ کی آنکھوں کی ٹھنڈک بنتا رہے گا۔
(خالد اسحاق راٹھور ایڈیٹر)۔

تلی کے درد کے لیے

نیچے دیئے ہوئے طلسم کو کاغذ پر تحریر کرو اور قمیض کے اوپر سے تلی کے مقام پر رکھو۔ پھر نیا چمچہ لے کر اس میں تھوڑی سے راکھ رکھو اور چھوٹا کوئلہ جلتا ہوا اس میں رکھو اور چمچے کو طلسم کے اوپر رکھو۔

اس عمل کے ساتھ ساتھ اس طلسم میں تحریر آیت کو سائل کے نام کے اعداد کے مطابق پڑھو تو بلاشبہ مریض صحت یاب ہوگا اور شفا پائے گا۔

طلسم یہ ہے:



پھوڑے کے علاج کے لیے

ذیل میں تحریر کردہ عبارت کو تحریر کر کے پانی کے ساتھ ملا کر بیمار کو پلا دو۔ انشاء اللہ مریض شفایاب ہوگا۔

بسم اللہ الرحمن الرحیم براءۃ من اللہ و رسولہ الی کل علۃ لا فتح ولا تزیح ابدا ان شاء اللہ تعالی حبۃ طلعت فی صخرۃ صماء لا اصل لھا ثابت ولا فرع لھا نابت بسم اللہ ارقیک واللہ یشفیک و یعافیک ویسالونک عن الجبال قل ینسفھا ربی نسفا فیذرھا قاعا صفصفا لا تری فیھا عوجاً ولا امتا ایھا الالم الثابت فی الجسد الذی یموت مت بقدر! الحی الذی لا یموت وصلی اللہ علی سیدنا محمد وعلی آلہ وصحبہ.

ورم اور استقاء کے لیے

د ح ا د و ہ ی ط

مندرجہ بالا حروف کو ورم، سوجن یا استقاء پر لکھو انشاء اللہ مریض ٹھیک ہو جائے گا۔ تاہم اگر ان حروف کو اس طور لکھو تو زیادہ بہتر ہے۔

ا	ح	د
ھ	و	د
ح	ط	ی

داد کے علاج کے لیے

وہ جو داد کا شکار ہو اس کے علاج کے لیے داد کی جگہ پر رال سے ترسوئی کے ساتھ سات دائرے لگاؤ اور ہر دفعہ یہ عبارت عمل پڑھو۔

شَجَرَۃٌ" جَمًّا فِی صَخرَۃٍ صَمًّا لَا اَصلَ لَھَا ثَابِت" وَلاَ فَرْعَ لَھَا نَابِت" یُونُسَ خَرَجَ مِن بَطنِ الحُوتِ فَضَرَبَھَا

بِعَصَاهُ فَاحتَرَقَتْ فَاحْتَرقَتْ.

بخار کے لیے

بید کے درخت کے تین پتوں پر باری باری یہ طلسم لکھو اور بخار والے کو دھونی دو۔ بلاشبہ بخار دور ہو جائے گا۔

علی الدولی مسوعلی التانیة وعلی التالته

بخار کے لیے

درج ذیل عبارت کو لکھ کر بخار والا فرد اپنے پاس رکھے تو ٹھیک ہو جائے گا۔

بسم اللہ الرحمن الرحیم لا الہ الا اللہ موسی کلیم اللہ لا الہ الا اللہ عیسی روح اللہ لا الہ الا اللہ ابراھیم خلیل اللہ صلوات اللہ وسلامہ علیھم اجمعین یا اللہ بحق کل کتاب انزلتہ ان ترفع نار الحمی عن حامل کتابی ھذا قلنا یا نار کونی برداً و سلاما علی ابراھیم و تنزلُ من القرآن ما ھو شفاء ورحمة للمومنین.

علاج بخار

بخار کے علاج کے لیے ایک طریقہ یہ ہے کہ تین کاغذوں پر بالترتیب فرعون، ھامان اور قارون لکھو اور تینوں ناموں کو کھینچ کر لکھو اور بخار کی حالت میں ایک ایک کاغذ کی دھونی دو۔ بلاشبہ بخار دور ہو جائے گا اور لوٹ کر نہ آئے گا۔

بخار کے لیے

درج ذیل عبارت عمل لکھو اور بخار سے متاثر فرد کے بازو پر باندھ دو۔ اللہ کے حکم سے ٹھیک ہو جائے گا۔

بسم اللہ الرحمن الرحیم براۃ من اللہ العزیز الحکیم الی ام ملدم التی تاکل اللحم و تشرب الدم و تھشم العظم اما بعد یا ام ملدم وان کنت مومنة فبحق محمد صلی اللہ علیہ وسلم و ان کنت یھودیة فبحق موسی الکلیم علیہ السلام و ان کنت نصرانیة فبحق عیسی المسیح علیہ السلام وان کنت مجوسیة فبحق النار والنور والفلک الذی یدور ان لاتاکلی لفلان ابن فلانة لحما ولا تشربی لہ دما ولاتھشمی لہ عظما وتحولی عنہ الی مَن اتخذ مع اللہ الھا آخر والا فانت بریئة من اللہ و رسولہ اللہ بریئان منک و حسبنا اللہ و نعم الوکیل ولاحول ولا قوة الا باللہ العلی العظیم وصلی اللہ علی سیدنا محمد وعلی آلہ وصحبہ وسلم.

بخار کے لیے

کھجور کے تین پتے لیں اور ہر پتہ پر الگ الگ یہ عبارت عمل تحریر کرو۔

(1) الحمی من الحمیم
(2) وحرھا من الجحیم
(3) واصلھا من الشیطان الرجیم

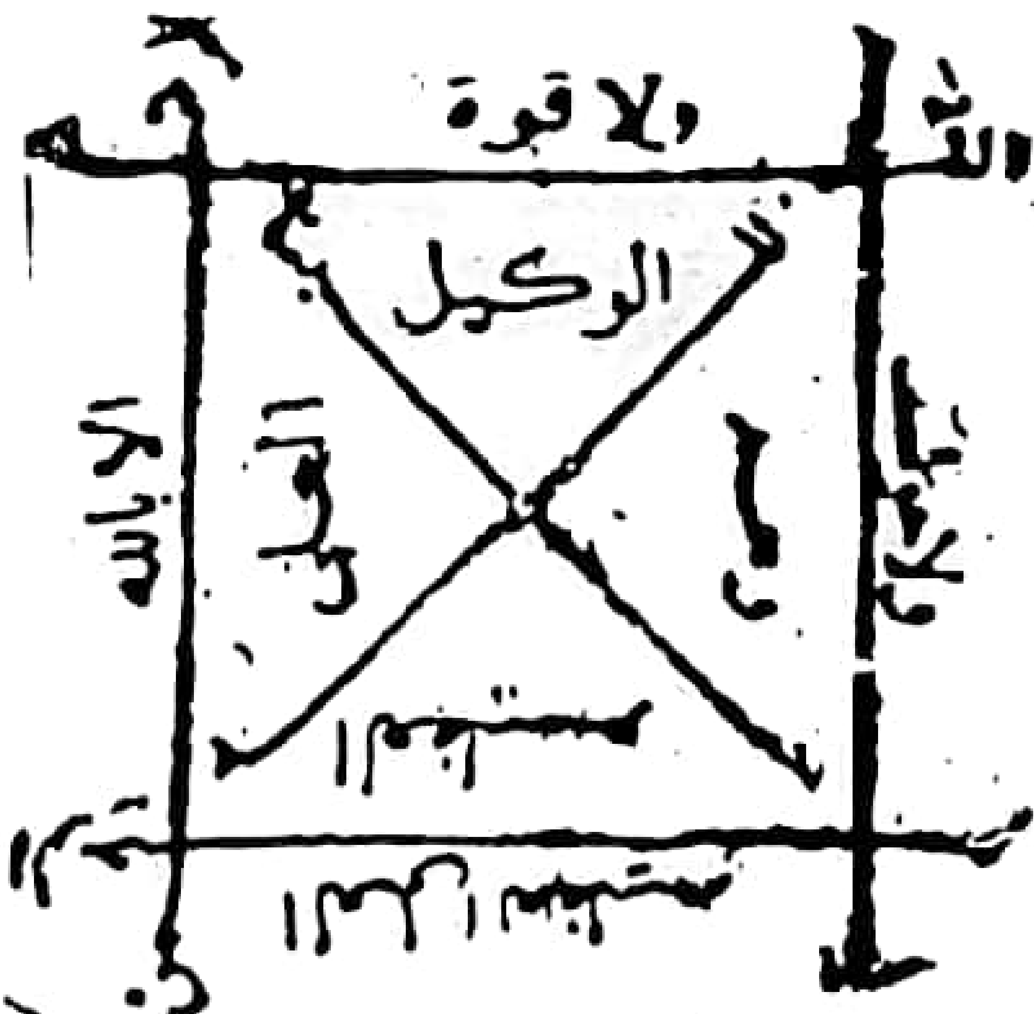
اور پھر تین کاغذ لیں اور ہر ایک پر الگ الگ یہ عبارت عمل لکھو۔

(1) لا الہ الا اللہ محمد رسول اللہ حول العرش دارت
(2) لا الہ الا اللہ محمد رسول اللہ نارت فاستنارت
(3) لا الہ الا اللہ محمد رسول اللہ خفیت الحمی وغارت الا یعلم من خلق وھو اللطیف الخبیر.

سردی اور بخار کے لیے

درج ذیل طلسم کو زرد کاغذ پر تحریر کر کے مریض کے سر پر باندھ دو۔ سردی اور بخار ختم ہو جائے گا اور واپس نہیں آئے گا۔

طلسم



اس طلسم کے گرد درج ذیل عبارت عمل تحریر کرو۔ پس عمل مکمل ہوا۔

ذالک تخفیف من ربکم ورحمة یرید اللہ ان یخفف

عنکم وخلق الانسان ضعیفا الان خفف الله عنکم وعلم ان فیکم ضعفا یا نار کونی بردا و سلاما علی ابراهیم ربنا اکشف عنا العذاب انا مئومنون وان یمسسک الله بضر فلاکاشف له الا هو یمسسک بخیر فهو علی کل شئی قدیر وصلی الله علی سیدنا محمد وعلی اله وصحبه وسلم۔

خاتمہ بخار

درج ذیل عبارت کو انڈے پر لکھ کر کپڑے میں لپیٹ دیں اور پھر اس کو اچھی طرح پکالیں۔ بعد میں اس کا چھلکا اتار دیں اور کپڑے سمیت اس کو مریض کے گلے میں ڈال دیں۔ عبارت مل یہ ہے۔

طفیف طف کفیف کف لفیف لف ھھیف ھف

امساک اور منی کی بڑھوتی

اس مقصد کے لیے درج ذیل طلسم کو ہرن کی جھلی پر تحریر کرکے بائیں ران پر باندھ دیں۔ اس سے امساک اور منی میں اضافہ ہوگا۔ طلسم یہ ہے۔

طلسم

اااالمر ۵۸ اااا ۱۱۶۱ ۸ طو

خاتمہ خفقان

اس مقصد کے لیے درج ذیل اسم کو ہتھیلی پر تحریر کرکے خود ہی چاٹ لیں۔ افاقہ ہوگا۔

بطیحطیطشا

تکمیل حاجات

رات کے آخری تہائی حصے میں دو رکعت صلوۃ ادا کرو اور قبلہ کی طرف منہ کرکے درج ذیل عبارت کو دو ہزار مرتبہ پڑھو۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمِ وَبَارِکْ عَلٰی سَیِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ صَلَاۃً تُحِلُّ بِھَا عُقْدَتِی وَتُفَرِّجُ بِھَا کُرْبَتِی وَتُنْقِذُبِھَا وَحْلَتِی وَتَقْضِیْ بِھَا حَاجَتِی۔

آشوب چشم اور جلن

درج ذیل عبارت کو تحریر کرکے مریض کی دونوں آنکھوں کے درمیان معلق کردو۔ انشاء اللہ شفاء ہوگی۔

یاایھاالرمد المرمود رقیتک بتوراۃ موسی وانجیل عیسی وزبور داؤد والقرآن العربی لا تقیح ولا تبرح ولا تکون له رقھا اخرج من عین ھذا الادمی کما خرج یونس من بطن الحوت وکما خرج یوسف من الجب والسجن بالف الف لاحول ولاقوۃ الا باللہ العلی العظیم۔

خاتمہ کھٹمل

کھٹمل کے خاتمہ کے لیے درج ذیل طلسم کو تین کاغذوں پر تحریر کرکے دروازہ پر لٹکا دو۔ بلاشبہ کھٹمل دور ہوں گے۔

ھلکلکلکلکہ

آنکھ کی تکلیف

جب کوئی آنکھ کی تکلیف میں مبتلا ہو تو اس کو درج ذیل نقش کو مکمل کر کے آنکھوں کے درمیان معلق کردو، شفا ہوگی۔

۴	۹	۲
۳	۵	۷
۸	۱	۶

مندرجہ بالا نقش تحریر کرنے کے بعد اس کے گرد درج ذیل حروف تحریر کریں۔

اب ت ث ج ح خ د ذ ر ز س ش ص ض ط

اس کے بعد سو میم لکھو۔ اس طرح

مممم.........

پھر "کھولھو" لکھو۔

اس کے بعد چوبیس مرتبہ درج ذیل عبارت تحریر کرو۔

اھیا شراھیا ادونالی اصباوت آل شدای

اور اس کے بعد چوبیس مرتبہ آیت الکرسی تحریر کرو۔ بس یہ عمل ونقش مکمل ہوا۔

جاری ہے........

علم جفر اور حروف کا کرشمہ

قارئین! ''راہنمائے عملیات'' آپ کا ہے۔

محبت کا نایاب عمل شروع کرنے سے پہلے میں اپنے پیرومرشد قبلہ خالد اسحاق راٹھور صاحب کا شکرگزار ہوں جنہوں نے مجھے اس قابل بنایا کہ آپ کے سامنے یہ عمل پیش کر سکوں۔ اللہ تعالیٰ اُن کی نظرِ کرم اور سایہ راہنمائے عملیات اور اُس کے ساتھ جڑے ہوئے تمام لوگوں پر اور مجھ پر بھی ہمیشہ قائم رکھے۔

قارئین! چند ایک ضروری باتیں کرنا چاہوں گا۔ میں نے مئی میں شرف قمر سورۃ یٰسین کے نام سے مضمون لکھا تھا۔ بہت سارے لوگوں نے اس مضمون کو پسند کیا اور دعائیں بھی دیں۔ اس سے آگے جانے سے پہلے میں آپ کو یہ بتانا چاہتا ہوں کہ آپ کی تعریف کا بہت شکریہ۔ اس تعریف سے جہاں خوشی ہوئی ہے وہاں دکھ بھی۔ قارئین! آپ یہ سوچتے ہوں گے کہ تعریف کرنے سے دکھ کس چیز کا ہے۔ دکھ اس بات سے ہوا ہے کہ آپ نے تعریف میری اور عمل کی ہے لیکن حقیقت یہ ہے کہ عمل میں نے اپنے پیرو مرشد قبلہ خالد اسحاق راٹھور صاحب کی اجازت سے لکھا تھا۔ یہ میرے پیرومرشد کی مہربانی ہے کہ یہ نیک کام انھوں نے میرے ہاتھوں سے لکھوایا۔ یہ عمل تو میرے پیرومرشد بھی لکھ سکتے تھے۔ روحانی بیٹے جب جواں ہو جاتے ہیں تو روحانی والد اپنے بیٹوں سے کام کرواتے ہیں۔ اس میں بہادری بچوں کی نہیں روحانی والد کی ہوتی ہے۔ آپ یہ بات سمجھ لیں کہ میں جو بھی عمل لکھتا ہوں اور جو بھی کام کرتا ہوں وہ سب پیرومرشد کی اجازت سے ہوتا ہے۔ اس میں ہمارا کوئی کمال نہیں ہوتا۔ یہ تو بس اُن کی نظرکرم ہے اور بس۔ میرا بس چلے تو عمل کے اوپر پیرومرشد کا نام لکھ دوں۔ اس لیے آپ سب پڑھنے والوں سے درخواست ہے کہ جو بھی لکھیں اس میں سے مجھ کو نکال کر میرے پیرومرشد کی تعریف کی جائے۔ نہ کہ میری۔

قارئین! اب پیرومرشد کی اجازت کے ساتھ عمل کی طرف آتے ہیں۔ قارئین! عمل کی تعریف میں کاغذ کالے نہیں کروں گا۔ بس یہ عمل جو کرے گا اس کا پھل کھائے گا۔ عمل کیا ہے۔ عمل ہے ''حروف''۔ حروف کیا ہے۔ حروف مل کر ایک لفظ وجود میں اتا ہے یہ کوئی اور لفظ نہیں یہ وہ لفظ ہوتے ہیں جو ہم بولتے ہیں۔ قرآن پورا حروف کو ملا کر وجود میں ایا۔ حروفوں سے کام لینا ایک فن ہے۔ آج میں وہ فن پیرومرشد کی اجازت سے آپ کو دینے لگا ہوں۔ محبت ایک ایسا لفظ ہے جو ہماری زندگی میں بہت مرتبہ آتا ہے۔ آج میں آپ کے سامنے محبت کا نایاب عمل پیش کر رہا ہوں۔ آپ کسی بھی قسم کی محبت پیدا کرنا چاہتے ہیں۔ مثلاً میاں بیوی میں محبت اور اپنی من پسند شادی کرنا چاہتے ہیں۔ اور راستے میں بہت سی رکاوٹیں ہیں تو وہ لوگ یہ عمل کریں۔ انشاء اللہ نتائج اُن کی توقعات پر پورے اُتریں گے۔ یہ سارا عمل مثال کے ساتھ سمجھانے کی کوشش کروں گا۔

عمل

لئیق بن پروین کی شادی نازیہ بنت کوثر سے ہو جائے۔ اس شادی میں جو بھی رکاوٹ ڈالے اُس کو دور کرو۔ (یہ سوال میں نے صرف تمثیلی طور پر لکھا ہے۔ آپ اپنے سوال کو خوب سوچ سمجھ کر تحریر کریں)۔

اب آپ اس لائین کے تمام حروفوں کو الگ الگ لکھ لیں۔

ل ی ق ب ن پ ر و ی ن ک ی ش ا د ی ن ا ز ی
ب ن ت ک و ث ر س ی ھ و ج ا ی ا س ش
ا د ی م ی ج و ب ھ ی ر ک ا و ٹ ڈ ا ل ی
ا س ک و د و ر ک ر و

اب ہم نے آگے چلنا ہے۔ یہ حروف ہماری بنیاد ہے۔ اس سطر سے تکرار والے حروف الگ کرلیں۔ اور خالص حروف کی تکسیر بنالیں۔

مثلاً: ل ی ق ب ن پ ر و ک ش ا د ز ھ
ت ث س ج م ٹ ڈ

سطر سے تکرار والے حروف کاٹ کر ہمارے پاس اکیس حروف رہ گئے ہیں۔
اب ان حروفوں کی تکسیر تیار کر لیں۔

ل ی ل ے ن پ ر و ک ش ا د ز ھ ت ث س ج م ٹ ڈ
ڈ ل ٹ ی م ق ج ب س ن ث پ ت ر ھ و ز ک د ش ا د
اڈ س ل د ٹ ک ی ز م و ق ھ ج ر ب ت س پ ن ث
ث ا ن ڈ پ ش س ل ت د ب ٹ ر ک ج ی ھ ز ق م و
و ث م ا ق ن ز ڈ ھ پ ی ش ج س ک ل ر ت ٹ د ب
ب و د ت ث م ٹ ا ر ق ل ن ک ز س ڈ ج ھ ش پ ی
ی ا ب پ و ش د ھ ث ج ٹ ڈ م س ت ز ا ک ر ن ق ل

اب ان حروفوں کو ملا کر موکلات اور تعویذات اور پڑھنے کے لیے اسمائے اعظم نکالیں گے۔ جو آپ کی پریشانیوں کو ختم کرنے اور آپ کی دلی خواہشات کو پورا کرنے میں مدد دیں گے۔ موکلات کس طرح نکالنے ہیں یہ سمجھ لیں۔ ہر سطر کے تمام حروف پانچ پانچ کی تعداد میں ملا کر موکل بنالیں۔

نوٹ: یہاں پر ایک وضاحت کرتا جاؤں کہ جس حرف سے موکل شروع ہوگا دوبارہ اُسی حرف سے موکل شروع نہیں ہوگا۔ اس عمل کو تکسیر خالص موکل کہتے ہیں۔ (مثال کے ساتھ سمجھاتا ہوں)۔

تکسیر سے پانچ پانچ کی تعداد میں موکلات جن حروفوں سے شروع ہوئے ہیں ہم نے وہ حروف لینے ہیں۔ لیکن تکرار والے حروف کاٹ دیں۔

ایک بات اور ہم نے وہی حروف لینے ہیں جو ابجد میں ہیں مثلاً ابجد میں پ نہیں ہے اس لیے پ والے حروف کو کاٹ دیں۔

جو حروف ابجد سے باہر ہے اُس کو پڑھائی اور موکلات کا حصہ نہیں بنائیں گے۔ لیکن تعویذات میں اُن حروف کے اعداد شامل ہوں گے۔ مثال سمجھ لیں:۔

کل تکسیر سے موکلات جن حروف سے شروع ہوئے ہیں وہ یہ ہیں:۔
ل پ ا ث ڈ ق ٹ و ا ث و ب ٹ ش
ب ی و ن ی ل ب م ل ڈ ی د ڈ ا

کل حروف اٹھائیس ہیں۔ ان میں سے وہ حروف کاٹ دیں جو ابجد سے باہر ہیں مثلاً
پ ڈ ٹ ڈ

اب بقایا حروف لکھ لیں۔
ل ا ث ق ٹ و ا د ب ٹ ش ب ی و ن ی ل ب
م ل ی د ا

اب تکرار والے حروف کاٹ کر خالص حروف لکھ لیں۔
ل ا ث ق و ب ش ی ن م د

خالص حروف کی تعداد گیارہ ہے۔
اب موکل اور اسم اعظم نکالنا ہے۔

موکل

لیقبنیل. ادزھتنیل. ثسجمنیل. قجسنیل. وزکدشنیل. بتسپنیل. شسلتونیل. یھذقمنیل. نندڈھپنیل. متعارقنیل. دھشجٹنیل.

موکلات جن حرفوں سے شروع ہوئے ہیں وہ حروف لینے ہیں اور اُن سے اسم اعظم بنے گا۔

(اسم اعظم) لطیف۔ اللہ۔ ثابت۔ قہار۔ ودود۔ باسط۔ سمیع۔ یاسر۔ ناصر۔ معز۔ دلیل۔

اب پڑھائی کا طریقہ سمجھ لیں۔

یالیقبنسل بحق یا لطیف. اسی طرح سارے موکلات کے ساتھ اسم اعظم پڑھنا ہے۔ اور اپنے لیے دعا کریں۔

قارئین! اب سُنیے گا وہ عظیم تعویذ جو حروف کی طلسماتی طاقت کو ملا کر اور موکلات کی نورانیت کو ملا کر بنایا گیا ہے۔

یہ عظیم تعویذ چار عظیم اعداد پر بنے گا۔ مثلاً........

(1) جو سائل کا سوال تھا اُس کے اعداد...........3438
(2) وہ جو تکسیر کے اعداد............ 12236
(3) موکلات جن حروف سے شروع ہوئے ہیں اُن کے اعداد ملفوظی....... 1241
(4) وہ اسماء اللہ جو موکلات کے ناموں کے شروع میں ہیں اُن کے ناموں کے شروع میں جو حروف ہیں اُن حروف سے شروع ہونے والے اسماء اللہ کے اعداد............ 2479

ٹوٹل:19395۔

ان سب کو ملا کر بنایا جانے والا تعویذ عملیاتی دنیا میں ایک جگہ بنائے گا۔

نقش کے ساتھ نقش کی چال بھی لکھ رہا ہوں۔

باقی صفحہ نمبر 53 پر

ذاتی لوح بذریعہ زائچہ پیدائش

خالد اسحاق راٹھور

مندرجہ بالا عنوان آپ کو کچھ عجیب محسوس ہو سکتا ہے۔ لیکن یہ آپ کو ایک ایسے نظام اور طریقہ کار سے متعارف کروائے گا جس سے آپ کی پہلے واقفیت نہ ہوگی۔ علم نجوم اور علم عملیات کی باہم آمیزش سے اس عمل کو تیار کیا جاتا ہے اور یہ ایسے اُصولوں میں سے ہے جس کو اُستاد کسی کو تو کیا اپنی اولاد کو بھی بتاتے ہوئے گھبراتے ہیں۔ لیکن راہنمائے عملیات کی بدولت سب کچھ آپ کے لیے ہے۔

عملیات اور نجوم کا باہم چولی دامن کا ساتھ ہے۔ تاہم وہ سارے لوگ جو عملیات یا نجوم کے شعبے میں داخل ہوتے ہیں اس حقیقت کو سمجھ نہیں پاتے۔ بعض اس کا انکار کرتے ہیں اور بعض کے نزدیک اس کی ضرورت نہیں ہے۔

لیکن حقیقت یہ ہے کہ اِس طرح کی کوئی بھی سوچ جو اِن دو اہم ترین علوم کو الگ الگ کرے یا کرنے کا باعث ہو کسی صاحب فن اور ماہر کی نہیں ہو سکتی۔

عملیات کو بنیادی طور پر ریاضت اور روحانیت کا علم خیال کیا جاتا ہے جبکہ نجوم کو پیش بینی یا پیشن گوئی کا فن شمار کیا جاتا ہے۔ بلاشبہ سرسری طور پر یہ باتیں درست ہیں۔ لیکن یہ ایسے ہی ہے جیسے ایک بچہ ابھی ابتدائی تعلیم حاصل کر رہا ہو اور اعلیٰ درجے کے تعلیمی مدارج اس کی ذہنی سطح سے بلند ہونے کی وجہ سے اس کے احاطہ خیال سے باہر ہوں۔ سو کسی امر کے بارے میں لاعلمی اس کے نہ ہونے کی دلیل نہیں ہے۔ بلکہ یہ متعلقہ فرد کی کم علمی یا کم فہمی کی مظہر ہے۔

یہ بات پہلے بھی کسی جگہ لکھی ہے کہ ہمارے ہاں زیادہ تر لوگ علم نجوم میں دلچسپی نہیں رکھتے۔ اس کے علاوہ ایک بڑی تعداد ماہرین عملیات، حاضرات وغیرہ کی ایسی ہے جو نجوم کی ابجد سے آج بھی ناواقف ہے۔ وہ نہ جانتے ہیں نہ اِن کو کسی نے بتایا ہے اور نہ ہی اِن میں جستجو ہے کہ وہ اپنے خاص حلقے سے باہر نکل کر دیکھ سکیں کہ یہ دنیا نجومی، عملیاتی اور فنی لحاظ سے ترقی کی کن منازل کی طرف رواں دواں ہے۔

چینی اپنی جگہ انفرادی لحاظ سے میٹھی ہوتی ہے اور کھانے میں زیادہ تر لوگوں کو اچھی بھی لگتی ہے۔ لیکن کیا خالی چینی سے ''لسی'' بنائی جا سکتی ہے؟

نہیں!

''لسی'' بنانے کے لیے چینی کے ساتھ دہی کا ہونا لازم ہے۔ اگر دہی نہ ہوگا تو پھر لسی بنانا اور چینی کو ایک نئی اور زیادہ مزیدار شکل دینا ممکن نہ ہوگا۔

یعنی بات یہ ہوئی کہ بلاشبہ چینی اپنی جگہ ایک خاص جنس ہے لیکن دہی کے ساتھ مل کر اس نے ایک ایسی شے تخلیق کرنے میں موثر کردار ادا کیا جو صرف چینی کے ذائقے کی نسبت کئی گنا زیادہ مزیدار اور ذائقہ والی ہے۔

بس کچھ ایسی ہی بات نجوم اور عملیات کو باہم ملانے کی ہے۔ یعنی چینی اور دہی کی طرح نجوم اور عملیات کو باہم ملا کر لسی جیسا ''عملیاتی نجومی'' مرکب بنانا جو غیر معمولی اثرات کا حامل ہو۔

اِسی طرح آپ اگر خالی سوجی نہیں کھانا چاہتے بلکہ حلوہ کھانے کا شوق ہے تو پھر سوجی کے ساتھ چینی، گھی اور پانی کی ضرورت ہوگی۔ اگر خالی سوجی سے آپ کو مزہ نہیں آتا تو پھر آئیں آپ کو حلوہ بنانے کا گُر بتاتے ہیں۔

ہاں کھانے کے چکر میں یہ نہ بھول جائیں کہ یہ ساری بحث تمثیلی طور پر کی جا رہی ہے۔ ہمیں یہاں سوجی کا حلوہ نہیں بلکہ نجوم وعملیات کا حلوہ بنانا ہے۔ سو آپ اپنے برتن اور چولہے کو سیدھا کر لیں، ہم آپ کو نجومی عملیاتی حلوہ بنانے کا طریقہ بتاتے ہیں۔

پیدائشی زائچہ اور عملیات

کوئی انسان ہو یا کوئی ملک یا کوئی اور امر جس کے لیے پیدائشی زائچہ بنایا جاتا ہے۔ بلحاظ نجوم ایک اہم ترین دستاویز ہوتی ہے۔ علوم مخفی کی کسی بھی شاخ سے متعلق معمولی سی بھی سدھ بدھ رکھنے والا فرد، پیدائشی زائچے کی اہمیت سے انکار نہیں کرے گا، چاہے وہ اس کو بنا سکے یا نہ بنا سکے، چاہے اس کا علم نجوم سے براہ راست تعلق ہو یا نہ ہو۔ علوم مخفی سے تعلق اور سمجھ رکھنے والا جانتا ہے کہ پیدائشی زائچہ فرد متعلقہ کی زندگی کا بلیو پرنٹ ہوتا ہے۔ پیدائشی زائچہ کی اس ہی خاصیت اور اہمیت کے مدنظر یہ مضمون تحریر کیا گیا ہے۔ تاکہ عملیاتی طریقہ کو نجومی طریقہ کار کے ساتھ ملا کر استعمال کیا جائے اور زائچہ کے حساب سے فرد کے لیے عملیاتی مدد کا وہ بندوبست کیا جائے جو اس کو صرف عملیات کے ذریعے نہیں مل سکتی۔

طریقہ کار

اس سارے عمل کو مختصر ترین الفاظ میں بیان کیا جائے تو کچھ یوں ہے کہ.............

سب سے پہلے فرد کا پیدائشی زائچہ استخراج کریں۔

پیدائشی زائچہ سے طالع پیدائش اور حاکم طالع کو الگ تحریر کریں۔

بالکل اِسی طور طالع قمر اور حاکم قمری کو الگ تحریر کریں۔

طالع شمسی اور حاکم طالع شمسی کو الگ الگ تحریر کر لیں۔

بوقت پیدائش جو ساعت جاری ہو اس کے حاکم کا استخراج کریں۔

بوقت پیدائش قمر جس منزل میں ہو اس کا استخراج کریں۔

ان تمام اسماء کے اعداد قمری لحاظ سے استخراج کریں۔

اور جو اعداد حاصل ہوں اِن اعداد کے برابر ایسے اسماء الٰہی کا استخراج کریں جن کے کل اعداد حاصلہ عدد کے مطابق ہوں۔

اب کل اعداد کو لے کر ان کی مربع نقوش کی چاروں چالوں کے مطابق نقش تیار کر لیں۔

نقوش کے چہار اطراف متعلقہ اسماء الٰہی تحریر کر دیں۔

چاروں نقوش کاغذ پر تیار ہوں گے۔

بعد از تیاری اِن نقوش میں سے کوئی بھی آپ نے اپنے پاس نہیں رکھنا بلکہ مطابق چال اِن کو استعمال میں لانا ہے۔

یعنی آتشی کو جلا دیں۔

آبی کو پانی میں بہادیں۔

خاکی کو زمین میں دفن کردیں۔

بادی کو کسی پھل دار درخت کے ساتھ باندھ دیں۔

مندرجہ بالا چاروں چالوں سے کاغذ کے نقوش تیار کرنے کے علاوہ ایک لوح حسب استطاعت تانبے یا چاندی یا سونے وغیرہ پر بادی چال سے تحریر کریں۔

یہ لوح متعلقہ فرد کو ذاتی استعمال کے لیے دیں۔

بخور

عمل کی تیاری کے دوران سبعہ کواکب کے بخور اور عطریات کا استعمال مسلسل کریں اور بعد تیاری ہر ماہ کم از کم ایک دفعہ اس کو سبعہ کواکب کا عطر ضرور لگائیں۔

وقت تیاری عمل

یہ عمل عمومی اوقات یا قواعد کے مطابق نہ ہوگا بلکہ اس کے لیے فرد کے زائچے میں بننے والی کواکبی حالتوں کو مدنظر رکھ کر عمل کرنے کے وقت کا تعین کرنا ہوگا۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ ہر فرد کے مطابق اس عمل کا وقت خاص طور پر استخراج کیا جائے گا۔ اصول استخراج وقت کا یہ ہے کہ بلحاظ نجوم اس وقت کا انتخاب کریں جو پیدائشی زائچے کے اوقات و پوزیشنوں سے میل کھاتا ہو اس کی سعادت میں اضافے اور نحوست میں کمی کا باعث ہو۔ اس مقصد کے لیے نجوم کی سمجھ ضروری ہے صرف عملیات کی سمجھ سے استخراج وقت کرنا مشکل ہوگا۔

پڑھائی / وظیفہ

عمل کے شروع میں جو اسماء استخراج کیے جائیں اِن کو سائل کو پڑھنے کے لیے دیں۔ روزانہ پڑھائی کی تعداد نام سائل اور نام والدہ سائل کے اعداد کے برابر ہوگی۔

کتنے دن تک اس کو پڑھنا ہے تو اس کی کوئی قید نہیں کم از کم چالیس دن اور زیادہ سے زیادہ تمام عمر بھی پڑھا جاسکتا ہے۔

صدقہ

عمل کی تیاری کے بعد حسب گنجائش زندہ مرغی، بکری یا دیگر ایسی کسی شے کو بطور صدقہ دیں۔



ضروری نوٹ: بہت سے قارئین کی طرف سے مسلسل درخواست موصول ہو رہی تھی کہ کچھ خاص اعمال جو عام لوگوں کی نظروں سے پوشیدہ ہوں، تحریر کریں۔ سو ایسا عمل تحریر کر دیا ہے۔ تاہم اس طرح کے اعمال کے ساتھ ایک مسئلہ یہ ہوتا ہے کہ معمولی سمجھ بوجھ کا فرد جب تک پوری توجہ صرف نہیں کرتا اِن کو حل کرنے میں مشکل کا شکار رہتا ہے۔

فی الحال صرف قاعدہ دیا جارہا ہے۔ اِس کی عملی مثال راہنمائے عملیات کے کم از کم تین مزید صفحات لے لے گی۔ سو صرف قاعدے پر صبر کریں............ ایک ضروری اور آخری بات جس پر سختی سے عمل کی توقع کرتا ہوں وہ یہ ہے کہ آپ کو اگر اس عمل کے حوالے سے کوئی بات پوچھنی ہو تو فون کا سہارا نہ لیں۔ بلکہ اپنا سوال یا مسئلہ خط کے ذریعے ہمیں ارسال کریں۔ باری آنے پر ان کو بالتفصیل جواب دیا جائے گا۔ میری دعائیں آپ کے ساتھ ہیں۔ اللہ ہم سب کو دین و دنیا میں سُرخرو فرمائے۔ (آمین)۔

قسط 11 صائمہ راٹھور

مسائل کا روحانی علاج

خوف سے نجات

نیچے دیئے گئے نقش کو چینی کی پلیٹ پر لکھ کر پلانے سے ہر قسم کے خوف سے نجات پائے۔

یا حفیظ یا وکیل

حفیظ	مانع	عفو	وکیل
وکیل	حفیظ	عفو	مانع
مانع	وکیل	عفو	حفیظ
حفیظ	مانع	عفو	وکیل

یا حفیظ یا وکیل

مغنی	رحمٰن	رحیم
کریم	فلاں	محمود
قادر	محب	مجیب

افسر کو قابو کرنا

سورۃ مزمل کا پہلا رکوع اکیس مرتبہ اور دوسرا رکوع گیارہ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کرے۔ کچھ پانی پی لے اور کچھ منہ پر مل لے۔ پھر افسر کے سامنے جائے، انشاء اللہ مقصد میں کامیابی نصیب ہوگی۔

استقرار حمل

کسی کا حمل نہ ٹھہرتا ہو تو وہ پورے نو ماہ تک روزانہ اس نقش کو پانی میں ڈال کر اس کا پانی پیئے اور نقش کو بھی نگل جائے تو جلد ہی حمل ٹھہر جائے گا۔

اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو
اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو
اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو
اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو	اللہ ھو

برائے حاجت

اگر کسی کی کوئی جائز حاجت پوری نہ ہوتی ہو تو وہ سفید کاغذ پر زعفران سے سات مرتبہ سورۃ اخلاص لکھے۔ اس کے پیچھے اپنا مقصد لکھے پھر اسے بہتے پانی میں بہادے۔ اللہ نے چاہا تو ہر جائز مراد پوری ہوگی۔

حفاظت اناج

گودام کے چاروں کونوں پر چار کوری ٹھیکریوں پر سورۃ العصر کالی سیاہی سے لکھ کر رکھ دیں۔ اناج محفوظ رہے گا۔

نقوش محبت

نیچے دو نقوش دیئے گئے ہیں۔ دونوں ہی محبت کے لیے نہایت مجرب ہیں۔ انہیں لکھ کر اپنے بازو پر باندھ لیں تو محبوب کے دل میں محبت پیدا ہوگی۔ طالب اور مطلوب دونوں کا نام ضرور لکھیں۔

ب	د	و	ح
ح	و	د	ب
د	ب	ح	و
و	ح	ب	د

اختلاج قلب

لاحول	ولاقوۃ	الا	باللہ	العلی
والقوۃ	الا	باللہ	العلی	العظیم

الا	باللہ	العلی	العظیم	بسم اللہ
باللہ	العلی	العظیم	بسم اللہ	الرحمٰن
العلی	العظیم	بسم اللہ	الرحمٰن	الرحیم

درج بالا نقش لکھ کر موم جامہ کروا کر مریض کے گلے میں پہنا دیں۔ لیکن نقش دل پر رہے۔ اختلاج قلب کے مریض کے لیے نہایت مجرب ہے۔

برائے مہم

کوئی مہم درپیش ہو تو تین لوگ مل کر سورۃ یٰسین کو اکسٹھ مرتبہ پڑھیں۔ اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود پاک پڑھیں۔ انشاء اللہ مہم سر ہو گی۔

درد کے لیے

سر، کمر یا پسلی میں بہت زیادہ درد ہو تو کوئی دوسرا شخص سات مرتبہ انگشت شہادت سے درد کی جگہ پر ''یا اللہ'' لکھ دے۔ اس عمل کو دن میں سات مرتبہ کرے۔ درد میں افاقہ ہو گا۔

تسخیر خلائق

ذیل میں دیا نقش تسخیر خلائق کے لیے بہت مجرب ہے۔ کسی کی یہ خواہش ہو کہ ہر کوئی اس سے محبت کرے تو وہ اس نقش کو ہمیشہ پاس رکھے۔ اس کی خواہش پوری ہو گی۔

یاوالی

و	ا	ل	ی
ی	و	ل	ا
ا	ی	ا	و
و	ا	ل	ی

یاوالی (دائیں) — یاوالی (بائیں)

یاوالی

بری عادات سے نجات

اس عمل کو ستر مرتبہ اول و آخر درود شریف کے ساتھ پڑھیں، مطلوب سے کچھ فاصلے پر کھڑے ہو کر پڑھیں تو بہتر ہے۔ پھر پانی پر دم کریں اور ہر روز صبح پانی اسے پلائیں۔ کچھ عرصہ کے بعد تمام بری عادات چھوٹ جائیں

گی۔

عمل اس طرح ہے:-

بسم الله الرحمن الرحيم

اهدنا الصراط المستقيم الهادى

برائے آسیب

کسی گھر کے مکینوں کو خطرہ ہو کہ ان کے گھر پر آسیب ہے تو وہ یہ نقش بطور حفاظت اپنے گھر میں لگا دیں۔

چال

۶	۷	۲
۱	۵	۹
۸	۳	۴

نقش

یاقہار — یاقہار

۱۰۳	۱۰۴	۹۸
۹۷	۱۰۲	۱۰۶
۱۰۵	۹۹	۱۰۱

یاحفیظ — یاحفیظ

برائے خونی دست

خونی دست کے علاج کے لیے اسم الٰہی ''یا حفیظ'' تین سو مرتبہ پانی پر دم کر کے پلائیں۔

نظر بد سے حفاظت

وعا اغنى عنكم من الله من شىء إن الحكم الاالله عليه توكلت وعليه فليتوكل المتوكلون.

ان آیات کو تین بار پڑھ کر بچے پر دم کریں۔ زعفران سے لکھ کر بچے کے گلے میں ڈالنے سے بچہ نظر بد سے محفوظ رہتا ہے۔

جاری ہے.......

293

عمر کے مختلف حصوں میں مفید غذائیں

ہم میں سے بہت کم لوگ غذا کے ساتھ وہ مقویات حاصل کرتے ہیں جن کی ہمارے جسم کو ضرورت ہوتی ہے۔ ماہرین کی رائے میں حیاتین اور معدنیات کی گولیاں کھالینا مسئلے کا حل نہیں ہے۔

آیئے ایک ماہر غذا کے مشوروں کی روشنی میں یہ دیکھتے ہیں کہ ہمیں اپنی عمر کے مختلف عشروں میں کس طرح کی اور کون کون سی غذا کھانی چاہیے؟

لڑکپن

اس عمر میں جسم خوب بڑھتا ہے اور اس میں بہت سی تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں۔ لہذا حیاتین اور معدنیات کی ضرورت بہت رہتی ہے۔ چوں کہ اس عمر میں بچوں کو ہر طرح کے کھانے مرغوب ہوتے ہیں جن میں اکثر غیر صحت بخش یا مضر صحت بھی ہوتے ہیں۔ اس لیے مناسب ہوگا کہ انہیں کثیر الحیاتین (ملٹی وٹامنز) اور معدنی مصنوعات کھلائی جائیں۔ مضبوط ہڈیوں اور دانتوں کے لیے کیلشیم کی ضرورت ہوتی ہے لہذا اس عمر میں دودھ سے بنی ہوئی اشیاء بچوں کو دی جائیں جن میں چکنائی کم ہو۔ اس کے علاوہ انہیں میوے (مغزیات) کی گری، دالیں اور بیج خصوصاً سورج مکھی کے بیج نیز جئی کا دلیا کھلائیں۔

اس عمر میں اپنے بچوں کو یہ سمجھایئے کہ ان کی غذا میں سیر شدہ چکنائی Saturated Fat کم ہونا چاہیے۔ چکنائی والی غذا سے آگے چل کر ان کے لیے دل کی بیماری کا خطرہ تو ہوتا ہی ہے، لیکن اب امریکی سائنس دانوں کی تحقیق کے مطابق زیادہ چکنائی کھانے والے نوجوانوں کو بڑی عمر میں الزائمر کی بیماری (نسیان) کا بھی خطرہ رہتا ہے۔

لڑکیوں کو اس وقت فولاد کی زیادہ ضرورت ہوتی ہے جب وہ سن بلوغ کو پہنچتی ہیں۔ ان کا جسم روزانہ تقریباً ایک ملی گرام فولاد خارج کرتا ہے، لیکن ماہواری کے دوران یہ مقدار دگنی ہو جاتی ہے۔ اس عمر میں انہیں گائے کا گوشت، چوکر والی روٹی، دلیا اور سبزی خصوصاً آلو کھانا چاہیے۔

بیس سے انتیس سال

اس عشرے میں طرز زندگی میں تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں اور ان کی رفتار تیز ہو جاتی ہے۔ اگر اس زمانے میں غذا میں توازن نہ رکھا جائے اور احتیاط نہ برتی جائے تو خراب صحت کی بنیاد پڑ جاتی ہے لہذا نوجوانوں کو ایسا کھانا کھانا چاہیے جس میں ہر طرح کے غذائی اجزاء شامل ہوں یعنی نشاستے والی اشیاء بھی ہوں، پھل اور سبزی بھی، دودھ اور دودھ سے بنی اشیاء بھی اور گوشت، انڈے، دالیں، مچھلی اور خشک میوہ بھی۔ مختلف قسم کی ان چیزوں سے جسم کو حیاتین بھی حاصل ہوں گی اور معدنیات کی ضرورت بھی پوری ہوگی۔

عام طور پر یہ عمر ایسی ہے جب عورتوں کے ہاں تولد کا سلسلہ شروع ہوتا ہے۔ اس طرح عورتوں کے جسم پر بوجھ بڑھ جاتا ہے اور مقویات کے حصول کی اہمیت بڑھ جاتی ہے لہذا انہیں اپنی غذا کا از سر نو جائزہ لے کر اس میں ضروری تبدیلیاں کرنا پڑتی ہیں۔

صدف ماہی، گوشت خصوصاً کلیجی، دودھ، انڈے، گری، پیاز پھول گوبھی، مکئی اور پنیر میں جست خوب ہوتا ہے جو تولیدی نظام کے لیے مفید ہے۔ جست عضلات کو سکون پہنچاتا ہے لہذا اس سے ماہواری کے درد میں افاقہ ہوتا ہے۔ سویابین، دالوں، مچھلی، سرخ گوشت، سبزیوں، کیلے، چکوترے، سیب، خشک خوبانی اور انجیر میں میگ نیزئم پایا جاتا ہے۔

تیس سے انتالیس سال

مغربی ممالک میں اس عمر میں بچے زیادہ ہوتے ہیں جب کہ مشرق ممالک میں عمر کے اس سے پہلے والے عشرے کے دوران میں زیادہ بچے ہوتے ہیں۔ بہر حال کام کی بات یہ ہے کہ عورت جب حاملہ ہو یا حاملہ ہونے کا فیصلہ کرے تو اسے فولک ایسڈ پر توجہ دینا چاہیے اور حمل سے قبل نیز حمل کے پہلے تین ماہ کے زمانے میں اسے روزانہ چار سو مائیکروگرام فولک ایسڈ کھانا چاہیے۔ فولک ایسڈ سے بچے کی نشوونما میں بہت مدد ملتی ہے اور بچے کی عصب میں خرابی کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔

عمر کے اس عشرے میں بھی جست کی اسی قدر اہمیت رہتی ہے جتنی کہ اس سے پہلے والے عشرے میں۔ برطانیہ کے ایک حالیہ تحقیقی مطالعے سے اندازہ ہوتا ہے کہ حیاتین ھ (وٹامن ای) مرد اور عورت دونوں میں بچہ پیدا کرنے کی صلاحیت کو بہتر کرتا ہے۔ یہ حیاتین تخم گندم (ویٹ جرم)، سویا بین، مکئی، مغزیات اور نباتاتی تیلوں میں خوب ہوتا ہے۔

ہڈیوں کی کثافت ۳۵ سال کی عمر میں اپنی انتہا کو پہنچتی ہے لہٰذا اس عشرے میں ہڈیوں کی دبازت کا خاص خیال رکھنا چاہیے تاکہ آئندہ عمر میں ہڈیوں کی بھربھراہٹ یا کمزوری کا خطرہ نہ رہے یا کم ہو جائے۔ اگر ہڈیوں کی دبازت کم رہ جائے تو اس کمی کو آئندہ پورا نہیں کیا جاسکتا اور آئندہ چل کر بوسیدگی استخواں (اسٹیوپوروسس) کی بیماری لاحق ہوسکتی ہے۔

عمر کے بڑھنے سے ہڈیوں میں کیلشیم کی کمی ہوتی جاتی ہے۔ یہ مسئلہ مرد اور خواتین دونوں کے ساتھ پیش آسکتا ہے، لیکن خواتین کو خصوصاً اس وقت یہ مسئلہ درپیش ہوتا ہے کہ جب وہ سن یاس کو پہنچتی ہیں۔ وجہ یہ ہے کہ اس وقت جسم میں ایسٹروجین اور دیگر جنسی ہارمون کی پیداوار سست پڑ جاتی ہے۔ عمر کے اس عشرے میں کیلشیم والی غذا بہت اہمیت رکھتی ہے۔ یہ بات یاد رکھنا چاہیے کہ بالائی نکلے ہوئے دودھ میں بھی اتنا ہی کیلشیم ہوتا ہے جتنا کہ چکنائی والے دودھ میں۔ دیگر اہم مقویات میگ نیزیم اور فاسفورس ہیں جو بہت سی غذاؤں میں پائے جاتے ہیں۔ ان کے علاوہ حیاتین د (وٹامن ڈی)، حیاتین ج (وٹامن سی) حیاتین ب ۶ (وٹامن بی ۶)، حیاتین ک (وٹامن کے) اور بائیوٹین ہیں جو کلیجی، چوکر والے اناج، انڈے، مچھلی اور مغزیات میں پائے جاتے ہیں۔ ان تمام حیاتین سے ہڈیاں مضبوط ہوتی ہیں۔

چالیس سے انچاس سال

عورتوں میں سن یاس اس عشرے کے آخر میں اور اگلے عشرے کے شروع میں ہوتا ہے اور زنانہ ہارمون کی سطح کم ہو جاتی ہے۔ اس سے نیند کے دوران پسینہ، مزاجی کیفیت میں اتار چڑھاؤ،

> عمر کا کوئی بھی حصہ ہو اپنی زندگی میں سیر، سکون، مکمل اور آرام دہ نیند کو لازم کرلیں۔ صبح کے وقت تازہ ہوا میں سیر کریں اور لمبے لمبے سانس لیں اگر ممکن ہو تو گھاس پر کچھ دیر چلنا بھی معمول بنا لیجیے۔ یہ مختصر عمل آپ کو پورے دن کے ہشاش بشاش کرتا ہے اور آنے والی زندگی کو طویل اور خوشگوار بناتا ہے۔

تھکن، دردِ سر اور چھاتی میں پلپلے پن کی شکایت ہو جاتی ہے۔ گو اکثر خواتین اس تبدیلی سے زیادہ پریشان ہوئے بغیر نمٹ لیتی ہیں تاہم غذا میں بعض چیزوں کا اضافہ ان کے لیے یقیناً مددگار ثابت ہوسکتا ہے۔ حیاتین ب ۶ دماغ میں اس کیمیائی مادے کو بڑھاتا ہے جو مزاجی کیفیت کو ٹھیک کرتا ہے۔ یہ حیاتین سن یاس کی علامات کی شدت کو کم کرنے میں بھی مدد دیتا ہے۔ روغنِ گل فنجانی ہارمونی عدم توازن کو صحیح کرنے میں مدد دیتا ہے۔ اس کے علاوہ سویابین، کابلی چنے، بڑا لوبیا، ہرا لوبیا، جنس نارنج کے پھل، چیری، آلوچہ، پھول گوبھی، اجمود وغیرہ بھی مفید ہیں۔

پچاس سے انسٹھ سال

عمر کے اس عشرے تک پہنچنے کے بعد اکثر مقویات ہمارے لیے ایسے ہی ضروری ہو جاتے ہیں جتنے لڑکپن یا نوجوانی میں ضروری تھے۔ خراب غذا کا اس عمر میں اس سے زیادہ اور دہرا اثر پڑتا ہے جتنا کہ نوجوانی میں پڑتا تھا اور اس ناقص غذا کے باعث مدافعتی نظام کمزور ہو جاتا ہے۔ نتیجے میں سرطان، نقرس، امراض قلب اور عتاہٹ (Dementia) کا راستہ ہموار ہو جاتا ہے۔ سامن اور ٹراؤٹ جیسی روغنی مچھلیاں جن میں اومیگا ۳ روغنی تیزاب ہوتا ہے، قلب کے لیے مفید ہیں۔ اس عمر میں حیاتین الف، حیاتین ج اور حیاتین د زندگی کو بہتر بنا سکتے ہیں اور ماہ و سال کے باعث جو منفی اثرات مرتب ہوتے ہیں انہیں کسی حد تک موخر کر سکتے ہیں۔

عمر کے اس دور میں حفاظتِ قلب کے لیے مانع تکسید اشیاء کی بڑی اہمیت ہے۔ روزانہ پانچ مرتبہ مناسب مقدار میں پھل اور سبزیاں کھائیے۔ مانع تکسید خصوصیات کے علاوہ ان میں ریشے کی بھی فراوانی ہوتی ہے جو نظام ہضم کے لیے مفید ہے اور آنتوں کی بیماری سے حفاظت میں مدد دیتا ہے۔ لال پھل اور سبزیاں مثلاً ٹماٹر، گلابی چکوترا اور تربوز زیادہ کھائے جائیں، کیوں کہ ان میں پایا جانے والا کیمیائی جز ولائکوپین مانع تکسید ہونے کے باعث دل کے لیے مفید ہے۔ سیلینیم بھی مانع تکسید معدن ہے جو اوجھڑی، صدف ماہی، تل، کھمبی اور لہسن میں بڑی مقدار میں پایا جاتا ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق ہماری غذا میں سیلینیم کی گھٹتی ہوئی مقدار سرطان اور عارضہ قلب جیسی بیماریوں میں اضافے کا سبب بن

295

رہی ہے۔ سیلینیئم کی مقدار بعض مٹی میں زیادہ ہوتی ہے اور بعض میں کم لہٰذا اس مٹی میں پیدا ہونے والی فصل میں بھی اس مدن کی مقدار کم یا زیادہ ہوتی ہے۔ چنانچہ یہ تجویز کیا جاتا ہے کہ غذا سے سیلینیئم حاصل کرنے کے ساتھ ساتھ عمر کے اس عشرے میں سیلینیئم کی گولیاں کھائی جائیں۔

ساٹھ سال اور اس کے بعد

بڑھاپے کا لازمی نتیجہ مدافعتی نظام کی کمزوری ہے لہٰذا ساٹھ سال کے بعد ایسے اقدامات ضروری ہو جاتے ہیں جن سے اس نظام کو تقویت مل سکے۔ پھلوں کا رس زیادہ پی کر حیاتین ج کی مقدار جسم میں بڑھائی جا سکتی ہے۔ جتنا سیال مادہ جسم میں جائے گا، کم آبی اور قبض سے اتنا ہی بچاؤ ہوگا۔

عمر میں اضافے کے ساتھ کولاجن کی جسم میں کمی ہو جاتی ہے۔ کولاجن خلیوں کی تشکیل، جلد، ہڈی، دانت اور بافتوں کو صحیح رکھنے میں مدد دیتا ہے۔ حیاتین ج کولاجن کی پیداوار کو بھی بڑھاتا ہے۔ عام خیال یہ ہے کہ جنس نارنج کے پھلوں میں سب سے زیادہ حیاتین ج میں ہوتا ہے، لیکن بعض ماہرین کے مطابق سب سے زیادہ حیاتین ج چیری، امرود، آلو بخارے، آملے اور سیاہ منقہ میں ہوتا ہے۔ سبز ترکاریاں مثلاً پھول گوبھی، سبز پہاڑی مرچ میں بھی یہ حیاتین خوب ہوتا ہے۔

یہ خیال بھی رکھیے کہ آپ کی غذا میں فولک ایسڈ کافی ہو۔ یہ ایک طرح کا حیاتین ب (وٹامن بی) ہے جو دالوں، بڑے سرخ لوبیے (سیم)، سبز ترکاریوں اور دلیے میں پایا جاتا ہے۔ فولک ایسڈ سے جسم میں ایک ایسے کیمیائی مادے (Homocysteine) میں کمی ہوتی ہے جو کولیسٹرول کی طرح دل کی بیماری کا خطرہ بڑھاتا ہے۔ متذکرہ بالا غذاؤں میں ریشہ بھی خوب ہوتا ہے جو قبض سے بچاتا ہے۔

اس عمر کے لوگوں میں جسمانی سرگرمی کم ہوتی ہے لہٰذا قبض کی شکایت زیادہ ہو جاتی ہے۔ اس عمر میں مچھلی اور تھوڑی مقدار میں بغیر چربی کا گوشت کھانا بھی بہتر ہوتا ہے۔

> **60 سال کی عمر کے بعد خون کے سرخ خلیوں کی پیداوار اور توانائی کے لیے فولاد بھی بہت اہم ہے۔ فولاد مدافعتی نظام کو بھی مستحکم کرتا ہے۔ ساٹھ سال کے بعد زندگی میں حرکت کم ہو جاتی ہے اور توانائی کی زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔ غذا سے توانائی کے حصول میں حیاتین ب ہماری مدد کرتا ہے۔ اس کے حصول کا اچھا ذریعہ چوکر والا اناج، غیر مصفا چاول، خشک میوہ جات اور چوکر والی روٹی ہیں۔**

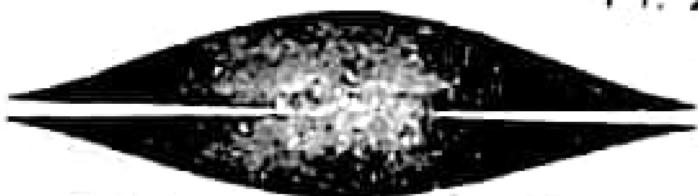
ہڈیوں کی مضبوطی کے لیے کیلشیم بہت اہم ہے اور جسم کو کیلشیم جذب کرنے اور اس سے پوری طرح فائدہ اُٹھانے کے لیے حیاتین د کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ حیاتین ہمیں سورج کی روشنی سے حاصل ہوتی ہے یعنی سورج کی روشنی جسم میں جذب ہو کر حیاتین د پیدا کرتی ہے، لیکن یہ حیاتین ہم غذا کے ذریعے سے بھی حاصل کر سکتے ہیں۔ مچھلی کا تیل اور روغنی مچھلی حیاتین د سے بھرپور ہیں۔

خون کے سرخ خلیوں کی پیداوار اور توانائی کے لیے اس عمر میں فولاد بھی بہت اہم ہے۔ فولاد مدافعتی نظام کو بھی مستحکم کرتا ہے۔ ساٹھ سال کے بعد زندگی میں حرکت کم ہو جاتی ہے اور توانائی کی زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔ غذا سے توانائی کے حصول میں حیاتین ب ہماری مدد کرتا ہے۔ اس کے حصول کا اچھا ذریعہ چوکر والا اناج، غیر مصفا چاول، خشک میوہ جات اور چوکر والی روٹی ہیں۔

تعدیے سے بچاؤ کے لیے بڑھاپے میں جست کی بھی کافی اہمیت ہے۔ اس معدن کے حصول کے لیے صدف ماہی، میٹھے کدو کے بیج، گوشت، سخت پنیر، مچھلی، چوکر والا اناج اور روٹی کھائیے۔

اگر آنکھوں کی صحت چاہتے ہیں تو بھٹے کے دانے، سرخ پہاڑی مرچ، اجمود اور پتوں والی سبزیاں کھائیے۔

دماغ کی صحت کے لیے، جلد کو ٹھیک رکھنے کے لیے اور جسم کے دیگر اعضا کی بافتوں کو درست رکھنے کے لیے اومیگا ۳ اور ۶ روغنی تیزاب مفید ہوتے ہیں، جنہیں آپ السی اور مچھلی کے تیل سے بھی حاصل کر سکتے ہیں۔ اومیگا ۳ روغنی تیزاب مانع ورم بھی ہوتے ہیں اور بڑھاپے میں جوڑوں کو صحیح حالت میں رکھ کر چلنے پھرنے میں مدد دیتے ہیں۔ اومیگا ۳ روغنی تیزاب جو مچھلی کے تیل میں پائے جاتے ہیں، دماغ کے روغنی تیزابوں کو تقویت پہنچا کر دماغی صلاحیت اور کارکردگی کو بہتر بناتے ہیں۔ یہ چکنے تیزاب خون میں چکنائی کی سطح بھی کم کرتے ہیں اور بلند فشارِ خون کا خطرہ کم کرکے فالج سے بچاؤ میں مدد دیتے ہیں۔



ذہنی صلاحیت پر وراثت کے اثرات

موروثہ یا جین انسان کی ذہنی صلاحیت کے تعین میں ایک حیران کن اور مضبوط کردار ادا کرتی ہے۔ عمر رسیدہ جڑواں لوگوں کے بارے میں ایک تحقیقی جائزے سے پتا چلتا ہے کہ عمر کے ۸۰ سال گزر جانے کے بعد بھی وہ اثرات باقی رہتے ہیں جن کا تعلق فطرتِ انسانی سے ہے۔

ان نتائج سے بہت سے سائنس دانوں کو خاصا تعجب ہوا، کیوں کہ وہ یہ سوچ رہے تھے کہ زندگی بھر کے تجربوں کے بعد جین کے یہ اثرات ختم ہو چکے ہوں گے۔ لندن کے انسٹی ٹیوٹ آف سائیکیٹری کے ایک ماہر رابرٹ پلومین نے بتایا کہ ان کے سامنے یہ سوال تھا کہ کیا کافی زندگی گزر جانے کے بعد بھی توالدی عوامل کی اہمیت باقی رہتی ہے؟

اس سوال کا جواب تلاش کرنے کے لیے پلومن اور اس کے ساتھیوں نے دو سو چالیس جڑواں بھائی بہنوں پر تجربہ کیا۔ ان میں سے ۱۱۰ جوڑے ایسے تھے جن کی تخلیق مختلف بیضوں سے ہوئی تھی اور ان کی جنس یکساں تھی۔ ان میں سے ہر ایک کی عمر کم از کم ۸۰ سال تھی اور وہ سب ذہنی اعتبار سے چاق و چوبند تھے۔ ہر جوڑے پر بہت سے تجربے کیے گئے تاکہ مختلف نوعیت کی صلاحیتوں کا اندازہ لگایا جا سکے۔ نتائج کی مماثلت کا موازنہ کیا گیا تو پتا چلا کہ ایک بیضے سے تخلیق پانے والے لوگوں (جن میں سو فی صد مورثے مشترک ہوتے ہیں) اور مختلف بیضوں سے تخلیق پانے والے لوگوں (جن میں زیادہ سے زیادہ پچاس فی صد مورثے مشترک ہوتے ہیں) میں مورثوں اور ماحول کے اثرات جدا جدا تھے۔

ان ماہرین کی جو تحقیقی رپورٹ شائع ہوئی ہے اس سے پتا چلتا ہے کہ دسیوں سال کے تجربے کے بعد بھی ۲۸۰ افراد کی عام حسی اور ادراکی صلاحیتوں میں جو فرق پایا گیا اس کی ۶۲ فی صد وجہ تولیدی اختلاف ہے اور اختلاف کی یہ سطح تقریباً وہی ہے جو اس سے قبل نسبتاً کافی کم عمر کے لوگوں سے متعلق جائزوں میں پائی گئی تھی۔ ایک امریکی ماہر نفسیات نے اس رپورٹ پر تبصرہ کرتے ہوئے کہا کہ ہم جیسا سوچتے تھے، یہ نتائج اس سے کافی مختلف ہیں۔

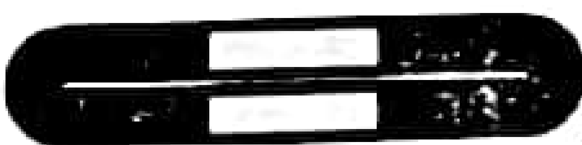
تاہم ان نئے نتائج میں یہ بات مضمر نہیں ہے کہ ذہنی صلاحیتوں کا تعلق سختی سے ہماری جین ہی سے ہوتا ہے یا یہ کہ ہم اپنی عمر کے ساتھ ساتھ جو تجربہ حاصل کرتے ہیں اس کا ہماری ذہنی صلاحیتوں کی تخلیق و تشکیل میں کوئی دخل ہی نہیں ہے۔ اس امریکی ماہر کا کہنا ہے کہ ذہنی صلاحیت میں باقی ۳۸ فی صد اختلاف کی وجہ جس کی کوئی وضاحت نہیں کی گئی، وہ تجربات ہو سکتے ہیں جو ہم اپنی زندگی میں حاصل کرتے ہیں۔ اس ماہر کے خیال میں عین ممکن ہے کہ جین کے بعد ذہنی صلاحیت کے تعین میں سب سے اہم کردار ہمارے تجربے کا ہو۔

بعض دوسرے جائزوں سے پتا چلا ہے کہ ذہنی صلاحیت پر جو تولیدی اثرات مرتب ہوتے ہیں وہ بظاہر شیر خوارگی کے دور میں تقریباً ۲۰ فی صد ہوتے ہیں، لڑکپن میں یہ اثرات بڑھ کر پچاس فی صد اور سن بلوغ میں ساٹھ فی صد ہو جاتے ہیں۔ پلومن کے خیال میں اس اضافے کی وجہ یہ ہے کہ انسان جوں جوں بڑا ہوتا ہے ان صلاحیتوں کا اظہار زیادہ کرتا ہے جو اسے فطری طور پر ودیعت ہوئی ہیں۔



مثال کے طور پر اگر کسی شخص کا موروثی یا تولیدی میلان بولنے کی طرف ہے تو وہ بچپن میں اور بڑے ہو کر زیادہ پڑھے گا۔ ہوتا یہ ہے کہ ہم ایسا ماحول پیدا کر لیتے ہیں جو ہماری موروثی صلاحیت سے مطابقت رکھتا ہے۔ اگر یہ درست ہے تو معمولی سا تولیدی فرق بھی ہمیں مختلف سمتوں میں لے جاتا ہے اور زندگی کے ساتھ ساتھ یہ فرق بھی بڑھتا جاتا ہے۔

اب جب کہ ماہرین کو یہ علم ہے کہ جین زندگی کے ہر مرحلے پر ذہنی صلاحیت کو متاثر کرتی ہے، پلومن کا کہنا ہے کہ یہ سائنس داں اس جین کی زیادہ تندہی سے تلاش کریں گے جس کی وجہ سے عقل و دانش کو جلا ملتی ہے۔



298

ماہ جون کے خاص اعمال

ماہ رواں میں بننے والی کواکبی نظرات کے خاص اعمال روحانی

نوکری میں ترقی / سرکاری نوکری کا حصول

شمس تسدیس مریخ

	ابتداء نظر	تکمیل نظر	اختتام نظر
تاریخ	02-06-2008	04-06-2008	07-06-2008
وقت	00:15	13:35	03:29

قارئین راہنمائے عملیات کو سلام

آپ لوگوں کے ذہن میں یہ بات آتی ہوگی کہ میرے زیادہ تر اعمال ایسے ہوتے ہیں جو کہ میں نقوش کی مربع اقسام کو استعمال میں لاتے ہوئے تیار کرتا ہوں۔ اس کی ایک بڑی وجہ یہ ہے کہ بہت سے زیادہ بڑے قسم کی نقوش اور عجیب وغریب قسم کی اشکال استعمال مین لایا جا سکتا ہے مگر عام قارئین اس کو بنانے میں بہت زیادہ مشکل محسوس کریں گے اور اس وقت کو ضائع کر بیٹھیں گے اور اپنے مقصد کو نہ پا سکیں گے۔

اس وقت جن دو کواکب کو استعمال میں لایا جا رہا ہے۔ وہ دونوں ہی آتشی مزاج رکھتے ہیں۔ اس لیے آپ کے سامنے جو بھی نتائج آئیں گے وہ بھی بہت جلدی آئیں گے۔ اس لیے کوشش کریں کہ اس کا رف عمل پہلے سے تیار کر لیں۔ تا کہ عین وقت پر جلدی کرنے سے نقصان نہ اُٹھا بیٹھیں۔ اگر آپ خود باشرع ہیں تو بہت اچھی بات ہے مگر اگر ایسا نہ ہو تو اس کو کسی باشرع مسلمان سے لکھوالیں۔

اب آتے ہیں عمل کی طرف۔ عمل کے لیے پاک صاف جگہ کا انتظام کر لیں۔ گھر کے جس حصے میں آپ نماز پڑھتے ہیں، وہ اس کام کے لیے موزوں ہے۔ اس مقصد کے لیے یہ موزوں رہے گا کہ آپ عمل کی جگہ کو ایک بار اچھی طرح صاف کر لیں تا کہ ناپاکی کا شبہ بھی ختم ہو جائے۔ سعد اعمال والی قلم لے لیں۔ قلم کی تیاری کا طریقہ کتاب "اصول و قواعدِ عملیات" میں تفصیل سے دیا گیا ہے۔ دوران عمل عود اور صندل سُرخ کو یا ان دونوں میں سے ایک کو بطور بخور استعمال کریں۔ یہ بات ذہن میں رہے کہ تمام عمل کے دوران بخور جلتے رہنا چاہیے۔ کپڑوں پر لگانے کے لیے گلاب اور صندل کا عطر استعمال کریں۔

نقوش دو کی تعداد میں تیار کرنے ہیں۔ ان میں سے ایک بادی ہوگا اور دوسرا آتشی ہوگا۔ آتشی کو آپ نے چڑھتے چاند کی پہلے منگل کی صبح سورج نکلنے کے فوراً بعد جلا دیں۔ اسی طرح بادی کو چڑھتے چاند کے پہلے اتوار کو سورج نکلنے کے فوراً بعد گلے میں پہن لیں۔

عمل کی تیاری کے بعد حسب استطاعت سُرخی مائل رنگت کا جانور ذبح کر کے صدقہ کے طور پر دے دیں۔ اللہ نے چاہا تو آپ کو جلد ہی اپنے عمل کے نتائج دیکھنے کو ملیں گے۔

آتشی چال

٨	١١	١٤	١
١٣	٢	٧	١٢
٣	١٦	٩	٦
١٠	٥	٤	١٥

نقش

٧٨٦

یا اللہ   یا اللہ

٢٥٢	٢٥٥	٢٥٨	٢٤٥
٢٥٧	٢٤٦	٢٥١	٢٥٦
٢٤٧	٢٦٠	٢٥٣	٢٥٠
٢٥٤	٢٤٩	٢٤٨	٢٥٩

یا اللہ   یا اللہ

299

بادی چال

۱۴	۱	۸	۱۱
۷	۱۲	۱۳	۲
۹	۶	۳	۱۶
۴	۱۵	۱۰	۵

نقش

۷۸۶

یا اللہ   یا اللہ

۲۵۸	۲۴۵	۲۵۲	۲۵۵
۲۵۱	۲۵۶	۲۵۷	۲۴۶
۲۵۳	۲۵۰	۲۴۷	۲۶۰
۲۴۸	۲۵۹	۲۵۴	۲۴۹

بسم اللہ   بسم اللہ

محبت کی شادی کے لیے / رشتوں کو ٹوٹنے سے بچانے کے لیے

زہرہ تسدیس زحل

	ابتداء نظر	تکمیل نظر	اختتام نظر
تاریخ	20-06-2008	21-06-2008	22-06-2008
وقت	17:24	14:15	11:07

یہ بات تو ٹھیک ہے کہ آج کے دور میں ہر طرف نفرت کی آگ پھیلی ہوئی ہے۔ ہر کوئی دوسرے کی ٹانگ کھینچنے میں لگا ہوا ہے۔ کسی کو کسی کی کامیابی سے خوشی نہیں ہوتی۔ جھوٹا پیار کرنے والے تو بہت مل جائیں گے مگر سچے پیار کرنے والے لوگ کم ہی ہوتے ہیں۔ میرا آج کا یہ عمل اُن ہی سچے پیار کرنے والوں کے لیے ہے جو نیک نیتی کے ساتھ ایک دوسرے کے ساتھ پوری زندگی گزارنا چاہتے ہیں۔

اس وقت کو اُن لوگوں کے لیے بھی استعمال کیا جا سکتا ہے کہ جو لوگ مزاج کے تیز ہوں اور چھوٹی چھوٹی بات پر رشتوں کو توڑنے کی بات کرنے لگ جاتے ہیں۔ ایسا کرنے سے نسلیں برباد ہو جاتی ہیں۔

جن دو کو آپ کو عمل کی تیاری کے لیے استعمال میں لایا جا رہا ہے وہ دونوں الگ مزاج رکھتے ہیں۔ ایک قریب لاتا ہے تو دوسرا دوریاں پیدا کرتا ہے۔ مگر اس وقت یہ جس حالت میں ہیں۔ اگر ہم ان کی طاقتوں سے فائدہ اٹھالیں تو ہم اللہ کے فضل و کرم سے ایسا مضبوط بندھن بنانے میں کامیاب ہو جائیں گے کہ جس کو توڑنا آسان نہ ہو گا۔

عمل کو دو حصوں میں تقسیم کر دیا گیا ہے۔ اس کا یہ مطلب نہیں ہے کہ عمل دو ہیں۔ عمل درحقیقت ایک ہی ہے مگر موقع کو مدنظر رکھتے ہوئے اس کی طاقت میں اضافے کے لیے یہ طریقہ اختیار کیا جا رہا ہے۔

عمل کے لیے پاک صاف لباس اور جگہ کا بندوبست کر لیں۔ اگر آپ نے الگ سے نماز کے لیے کوئی جگہ بنائی ہو تو اُس کو ہی استعمال میں لے آئیں۔ دوران عمل لوبان اور زعفران کا بخور جلائے رکھیں۔ عطر خس اور گلاب کا استعمال کریں۔ بخور اور عطر جتنا بہتر سے بہتر استعمال کریں گے اُتنا ہی عمل طاقت پکڑے گا۔ کوشش کریں کہ آپ کا عمل نظر کی تکمیل سے پہلے ختم ہو جائے۔ تکمیل کے بعد والا وقت کمزوری لیے ہوئے ہوتا ہے۔

کاغذ کے ایک طرف آپ نے درج ذیل عددی نقش تحریر کرنا ہے اور دوسری طرف تکسیری نقش تحریر کرنا ہے۔ عمل کی تیاری وقت سے پہلے کر لیں تاکہ عین موقع پر کوئی مسئلہ در پیش نہ ہو۔ عمل کے بعد حسب استطاعت کالی مرغی زندہ بطور صدقہ دے دیں اور ساتھ ہی میٹھے چاول پکا کر غریب لوگوں میں بانٹ دیں۔

عددی نقش

بادی چال

۱۴	۱	۸	۱۱
۷	۱۲	۱۳	۲
۹	۶	۳	۱۶
۴	۱۵	۱۰	۵

نقش

۷۸۶

یا اللہ   یا اللہ

۱۰۴	۹۱	۹۸	۱۰۱
۹۷	۱۰۲	۱۰۳	۹۲
۹۹	۹۶	۹۳	۱۰۶
۹۴	۱۰۵	۱۰۰	۹۵

بسم اللہ   بسم اللہ

تکسیر

ج ا م ع و د و د ب ا ق ی
ی ج ق ا ا م ب ع د و و د
د ی و ج و ق د ا ع ا ب م
م د ب ی ا و ع ج ا و د ق
ق م د د و ب ا ی ج ا ع و
و ق ع م ا د ج د ی و ا ب
ب و ا ق و ع ی م د ا ج د
د ب ج و ا ا د ق م و ی ع

300

ع د ی ب و ج م ھ ق ا د ا
ا ع د د ا ی ق ب و و م ج

کر گلے میں ڈال لیں اور آبی کو پانی میں بہادیں۔

ریس اور لاٹری میں کامیابی

شمس تسدیس زحل

	ابتداء نظر	تکمیل نظر	اختتام نظر
تاریخ	24-06-2008	25-06-2008	26-06-2008
وقت	06:29	10:01	13:36

آج یہ عمل اُس طبقے کے لیے لکھا جا رہا ہے کہ جو یہ چاہتے ہیں کہ کسی نہ کسی طرح اُن کو آسانی سے ڈھیروں دولت مل جائے۔ اُن کو کچھ بھی نہ کرنا پڑے۔ تو اس بات کو جان لیں کہ سامنے پکے ہوئے پڑے کھانے کو، کھانے کے لیے، خود ہی منہ میں ڈالنا پڑتا ہے۔ لہٰذا اس عمل کے تیار ہو جانے اور استعمال کے بعد آپ اگر یہ سوچیں کہ روپیہ آپ کی جھولی میں آ کر گر جائے گا تو ایسا نہ ہوگا۔

اس کی ایک وجہ اس نظر میں زحل کا ہونا ہے۔ اب آپ یہ سوچیں گے کہ اس میں آسانی کہاں ہے؟ تو پڑھنے والو اگر تھوڑی کوشش سے اگر ایسی مرغی ہاتھ میں آ جائے کہ جو روز آپ کے لیے سونے کا انڈا دے تو کیا یہ بہتر نہیں ہے۔ تو جو بھی دیر لگے گی اُس میں بھی آپ کی بہتری ہے۔ ویسے بھی بہت گرم کھانا کھانے سے ذائقہ تو نہیں آتا بلکہ منہ ہی جل جاتا ہے۔ اس لیے اس عمل کو پوری نیت سے کریں تا کہ اللہ آپ کو اچھے نتائج دیں۔

میں اس عمل کے لیے چاروں قوتوں کی مدد حاصل کروں گا۔ چاروں عناصر یعنی کہ آتش، باد، آب اور خاک تا کہ آپ کا عمل ہر لحاظ سے مکمل ہو جائے۔

عمل کے لیے پاک صاف جگہ کا بندوبست کر لیں۔ سعد اعمال والی قلم لیں اور دوران عمل ہلدی اور دار چینی کا بخور جلائیں اور عطر صندل اور خس کا استعمال کریں۔ آپ نے چاروں بنیادی چالوں سے مربع نقوش تیار کرنے ہیں۔ نقش کی تیاری کے بعد گیارہ کلو کالے چنے اور سات کلو چنے کی دال بطور صدقہ دے دیں۔ نئے چاند کے بعد آنے والے پہلے ہفتہ کو صبح سورج نکلنے کے فوراً بعد خاکی کو کسی باغ میں دبا دیں اور آتشی کو جلا دیں۔ اسی طرح نئے چاند کے بعد پہلی اتوار کو بادی کو ہلدی رنگت کے کپڑے میں لپیٹ

آتشی چال

۸	۱۱	۱۴	۱
۱۳	۲	۷	۱۲
۳	۱۶	۹	۶
۱۰	۵	۴	۱۵

نقش

۷۸۶

یا اللہ — یا اللہ

۱۱۹	۱۲۲	۱۲۵	۱۱۲
۱۲۴	۱۱۳	۱۱۸	۱۲۳
۱۱۴	۱۲۷	۱۲۰	۱۱۷
۱۲۱	۱۱۶	۱۱۵	۱۲۶

یا سلام — یا سلام

بادی چال

۱۱	۸	۱	۱۴
۲	۱۳	۱۲	۷
۱۶	۳	۶	۹
۵	۱۰	۱۵	۴

نقش

۷۸۶

یا اللہ — یا اللہ

۱۲۲	۱۱۹	۱۱۲	۱۲۵
۱۱۳	۱۲۴	۱۲۳	۱۱۸
۱۲۷	۱۱۴	۱۱۷	۱۲۰
۱۱۶	۱۲۱	۱۲۶	۱۱۵

یا سلام — یا سلام

آبی چال

۱۴	۱	۸	۱۱
۷	۱۲	۱۳	۲
۹	۶	۳	۱۶
۴	۱۵	۱۰	۵

نقش

۷۸۶

یا اللہ — یا اللہ

۱۲۵	۱۱۲	۱۱۹	۱۲۲
۱۱۸	۱۲۳	۱۲۴	۱۱۳
۱۲۰	۱۱۷	۱۱۴	۱۲۷
۱۱۵	۱۲۶	۱۲۱	۱۱۶

یا سلام — یا سلام

خاکی چال

۱	۱۴	۱۱	۸
۱۲	۷	۲	۱۳
۶	۹	۱۶	۳
۱۵	۴	۵	۱۰

نقش

۷۸۶

یا اللہ — یا اللہ

۱۱۲	۱۲۵	۱۲۲	۱۱۹
۱۲۳	۱۱۸	۱۱۳	۱۲۴
۱۱۷	۱۲۰	۱۲۷	۱۱۴
۱۲۶	۱۱۵	۱۱۶	۱۲۱

یا سلام — یا سلام



بقیہ ''محترمہ صفیہ بنت عبدالمطلب''

میں ہماری مدافعت کر سکے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اور ان کے ساتھی دشمن کے سامنے سینہ سپر ہیں۔ ایسی صورت میں اگر یہ اللہ کا دشمن ہماری صحیح صورت حال اپنی قوم کے پاس پہنچانے میں کامیاب ہو گیا تو یہودی، مسلمان عورتوں کو گرفتار کر لیں گے اور بچوں کو غلام بنالیں گے اور یہ مسلمانوں کے لیے بہت بڑی مصیبت ہوگی''۔

اس وقت انہوں نے اپنے دوپٹے کو اچھی طرح سے سر پر لپیٹا، کپڑوں کو کمر سے کس کر باندھا، کندھے پر خیمے کا ایک ستون رکھا اور قلعے کے دروازے کی طرف اتر گئیں۔ پھر نہایت آہستگی اور پوری احتیاط کے ساتھ اسے کھولا اور ہوشیاری کے ساتھ دروازے کے شگاف سے اس کا انتظار کرنے لگیں۔ جب وہ ایسی پوزیشن میں آ گیا جہاں ان کے لیے اس پر قابو پا لینے کا پختہ یقین ہو گیا تو انہوں نے پوری ہوشیاری کے ساتھ اس کے اوپر حملہ کیا اور اس کے سر پر ستون سے ایک بھرپور وار کر کے اسے زمین بوس کر دیا۔ پھر یکے بعد دیگرے مسلسل کئی ضربیں لگا کر اسے ٹھنڈا کر دیا۔ پھر خنجر نکال کر اس کے سر کو تن سے جدا کیا (۴) اور اس کو بلندی سے نیچے پھینک دیا جو قلعے کے دامن میں لڑھکتا ہوا ان یہودیوں کے سامنے جا کر رک گیا جو نیچے اس کا انتظار کر رہے تھے۔ جب انہوں نے اپنے ساتھی کے کٹے ہوئے سر کو دیکھا تو ایک نے دوسرے سے کہا:-

''ہم جانتے تھے کہ (ﷺ) عورتوں اور بچوں کو ان کے محافظوں کے بغیر چھوڑنے والے نہیں ہیں''۔

پھر وہ واپس چلے گئے۔

اللہ تعالیٰ صفیہ بنت عبدالمطلبؓ سے راضی ہو۔ انہوں نے مسلمان عورتوں کے لیے انوکھی مثالیں قائم کی ہیں۔ انہوں نے اکلوتے بیٹے کی بہترین تربیت کی، اپنے حقیقی بھائی کی موت کا صدمہ بڑی خندہ پیشانی اور صبر و ضبط کے ساتھ برداشت کیا اور شدائد و آلام نے بار بار ان کی آزمائش کی مگر ہر بار انہیں ایک دور اندیش، عقل مند اور بہادر عورت پایا۔ پھر تاریخ نے اپنے بہترین صفحات میں ان کے متعلق لکھا:-

''ان صفیۃ بنت عبدالمطلب کانت اول'' (صفیہ بنت عبدالمطلبؓ اسلام کی پہلی خاتون تھیں جنہوں نے ایک مشرک کو قتل کیا)''۔

نوٹ: اس مضمون کی تیاری میں جن کتب سے مدد لی گئی ان کی تفصیل درج ذیل ہے:-

(۱) ملاحظہ ہو صحیح بخاری، کتاب التفسیر، حدیث ۴۷۷۰۔
(۲) صحیح مسلم، کتاب الایمان، باب بیان ان من مات علی الکفر۔
(۳) سیرت النبی ﷺ امام ابن کثیر ----۲:۶۵۔ سیرت ابن ہشام صفحہ ۳۸۶۔
(۴) سیرت ابن ہشام، صفحہ ۴۱۷، ۴۱۸/۴۱۸/ سیرت النبی صلی اللہ علیہ وسلم مولفہ امام ابن کثیر ----۲:۱۵۳۔ سیرت النبی صلی اللہ علیہ وسلم مولفہ امام ابن کثیر --- کے مترجم جناب ہدایت اللہ ندوی لکھتے ہیں کہ ''یہ حدیث منقطع ہے، صحیح اور قابل حجت نہیں۔ اگر یہ درست ہوتی تو حسانؓ کے مدمقابل شعراء ان کو بزدلی کا طعنہ دیتے جبکہ یہ کسی سے منقول نہیں۔ بشرط صحت ممکن ہے حسان علیل ہوں''۔ مزید تحقیق کی

ضرورت ہے۔

بقیہ ''علم جفر اور حروف کا کرشمہ''

چال بادی

۹	۲	۲۵	۱۸	۱۱
۳	۲۱	۱۹	۱۲	۱۰
۲۲	۲۰	۱۳	۶	۴
۱۶	۱۴	۷	۵	۲۳
۱۵	۸	۱	۲۴	۱۷

نقش بنانے کا طریقہ:

کل اعداد میں سے قانون کے 60 تفریق کر دیں۔ باقی ماندہ کو 5 سے تقسیم کریں۔ 1 بچے تو خانہ 21 میں 2 بچے تو خانہ 16 میں اور اگر 3 بچے تو خانہ 11 میں اور اگر 4 بچے تو خانہ 6 میں 1 کا اضافہ کر دیں۔

یاالیقینیل یاادزھتیل یاالسجمئیل
بسم اللہ الرحمن الرحیم
لطیف اللہ ثابت

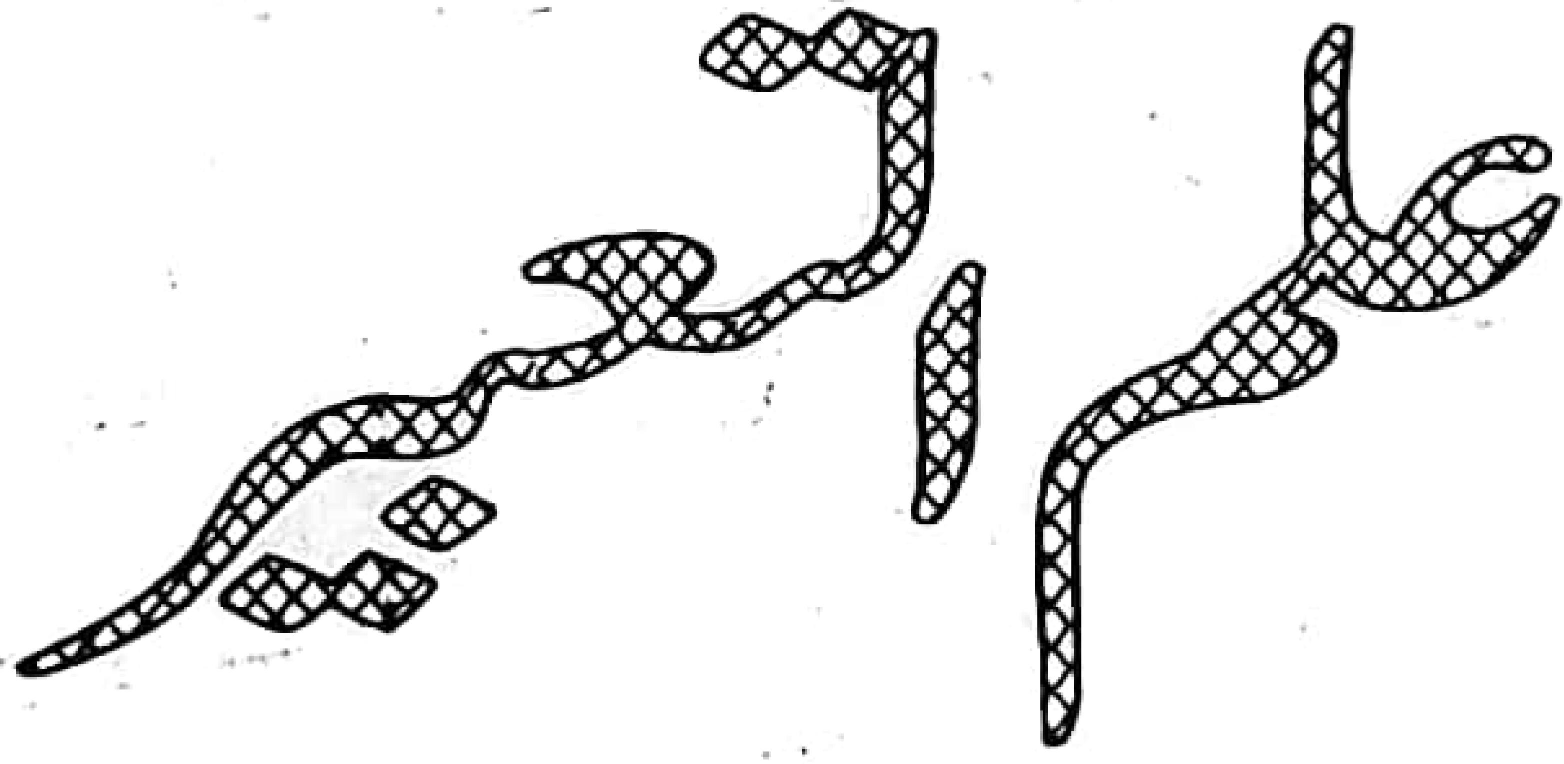
۳۸۷۵	۳۸۶۸	۳۸۹۱	۳۸۸۴	۳۸۷۷
۳۸۶۹	۳۸۸۷	۳۸۸۵	۳۸۸۸	۳۸۷۶
۳۸۸۸	۳۸۸۶	۳۸۸۹	۳۸۷۲	۳۸۷۰
۳۸۸۲	۳۸۸۰	۳۸۷۳	۳۸۷۱	۳۸۸۹
۳۸۸۱	۳۸۷۴	۳۸۶۷	۳۸۹۰	۳۸۸۳

اللہ — یاقیجسنئیل یاوزکلجئیل قہار ودود — یا ناصر معز ذلیل — باسط سمیع یاسر — یا بتسہنئیل یا مسلترئیل یاہیلقمئیل

یہاں پر عمل ختم ہو جاتا ہے۔ یہاں پر ایک بات اور کر دوں۔ عمل تیار کرتے وقت زعفران اور گلاب جلانا ہے۔ اور ان کا عطر استعمال کرنا ہے۔

عمل جمعرات کے دن مشتری کی ساعت میں کرنا ہے۔

قارئین آخر میں پھر وہی مگر سچی بات کہ میں اپنے پیرو مرشد جیسا بننا چاہتا ہوں اور یہی سچ ہے کہ نہ وہ پوشیدہ رکھتے ہیں اور نہ ہی مجھے ایسی تعلیم ملی ہے۔



مدرکہ قوتیں

انسان میں ادراک کرنے والی قوتیں دو قسم کی ہیں۔ مدرک کلیات اور مُدرک جزئیات۔

مدرک کلیات عقل ہے اور مدرک جزئیات حواس ظاہری اور حواس باطنی ہیں۔

حواس ظاہری یہ پانچ ہیں:-

سننا، دیکھنا، سونگھنا، چکھنا اور چھونا۔

حواس باطنی بھی پانچ ہیں۔ پہلی حس مشترک ان میں وہ تمام چیزیں جمع ہو جاتی ہیں جن کو حواس ظاہرہ محسوس کرتے ہیں۔ اس حس کے وجود پر چار دلائل ہیں۔ پہلی دلیل یہ ہے کہ ہم بارش کے قطرات کو خط اور تار کی طرح دیکھتے ہیں حالانکہ وہ ایسے نہیں ہیں اور جو چیز خارج میں موجود نہ ہو بصر اس کا ادراک نہیں کرسکتی۔ معلوم ہوا کہ جو قوت قطرہ کو خط سمجھ رہی ہے وہ قوت باصرہ نہیں کوئی اور قوت ہے۔ دوسری دلیل یہ ہے کہ ہم آدمی کی آواز سے اس کی شکل معلوم کر لیتے ہیں۔ اب جو قوت مسموعات (سنی جانے والی) اور مبصرات (دیکھی جانے والی) پر حکم لگائے ظاہر ہے وہ دونوں کی مدرک ہوگی جبکہ قوت باصرہ صرف مبصرات اور قوت سامعہ صرف مسموعات کا ادراک کر سکتی ہے اپنے علاوہ دوسری قوت کا ان میں سے کوئی قوت ادراک نہیں کر سکتی۔ لہذا ضروری قرار پایا کہ ان قوتوں کے علاوہ کوئی تیسری قوت ہو جو مسموعات اور مبصرات دونوں کا ادراک کرتی ہو اور وہی حسِ مشترک ہے۔

تیسری دلیل یہ ہے کہ جب انسان کوئی بات سنتا ہے تو پہلے حرف سننے تک دوسرا حرف وجود میں نہیں آیا ہوتا اور جب دوسرا حرف وجود میں آتا ہے اور اسے وہ سن لیتا ہے تو پہلا حرف قوت سامعہ میں نہیں رہتا وہ نکل جاتا ہے۔ اس حرف کی سماعت باقی نہیں رہتی اس لیے کہ سمع موجود کے سوا کسی چیز کا ادراک نہیں کرسکتی۔ پس اگر قوت نہ ہوتی جس میں محسوسات کی صورتیں محفوظ ہوتی ہیں تو ان محسوسات کے نہ ہونے یا موجود نہ رہنے کے سبب چاہیے تھا کہ کوئی بات سمجھ میں نہیں آتی۔ اس پر لازم آتا کہ جس شخص کو ایک دفعہ دیکھا ہو۔ دوسری دفعہ دیکھنے سے اسے نہ پہچانا جانا۔ اس لیے کہ پہچاننا تو یہ ہے کہ انسان یہ معلوم کرے کہ میں جو کچھ دیکھ رہا ہوں یہ وہ ہے جسے میں نے پہلے دیکھا تھا اور جس کی صورت میرے خیال میں موجود اور حاضر ہے۔ معلوم ہوا اس شخص کی دیکھی ہوئی صورت کسی اور قوت میں موجود ہے اور وہی حس مشترک ہے۔

حِس خیال

دوسری قوت حِس خیال ہے۔ یہ وہ قوت ہے جو صورتوں کی حفاظت کرتی ہے یہ اس قوت کے علاوہ جو صرف صورتوں اور شکلوں کی حفاظت کرتی ہے جو قوت محسوسات کی صورتوں کی حفاظت کرے۔ اس کا نام ہم نے حس مشترک رکھا تو جو قوت صرف صورتوں کی حفاظت کرے اسے ہم حس خیال کا نام دیتے ہیں۔ مثلاً مصور ایسی صورتیں دیکھتا ہے جن کا وجود خارج میں موجود نہیں اب بصر ان کا ادراک نہیں کرسکتی۔ ظاہر ہے کہ ان کی مدرک کوئی اور قوت ہے اور وہی حس خیال ہے۔

قوت متخیلہ

اس قوت کا کام یہ ہے کہ جو صورتیں خزانہ خیال میں محفوظ ہیں۔ ان میں تصرف کر کے عجیب و غریب صورتیں بنا دیتی ہیں مثلاً خیال میں ایک ایسے جانور کا آنا جس کا نصف آدمی کا اور نصف پرندہ کا ہو، اسی قوت کے کرشمے ہیں۔

قوت واہمہ

چوتھی قوت واہم ہے۔ اس کا کام غیر محسوس چیزوں کا ادراک کرنا ہے۔

قوت حافظہ

یہ قوت وہم اور خیال، حس مشترک کا خزانہ ہے۔

خواب کی حقیقت

خیال رہے کہ روح حواس مدرکہ کی سواری ہے یہ روح ایک قسم کا بخار

ہے جو لطیف غذاؤں سے الگ ہو کر رگوں اور پٹھوں میں پھیل جاتا ہے۔ اس کی وجہ سے اعضا کو حس وحرکت کی قوت اور طاقت نصیب ہوتی ہے۔ رہی یہ بات کہ حواس کی سواری روح ہے اعضا نہیں ہیں اس کی دلیل یہ ہے کہ اگر کسی پٹھے میں سدہ پڑ جائے تو عضو کے اس حصے میں حس وحرکت ختم ہو جاتی ہے جبکہ جس طرف سدہ نہیں ہوتا۔ حس وحرکت بدستور جاری رہتی ہے اور اس بات کی وضاحت کی تو چنداں ضرورت نہیں ہے کہ سدہ روح کو جسم کے اس حصے میں جانے سے روک دیتا ہے۔ اس سے معلوم ہوا کہ روح ہی کی بدولت اعضاء میں حس وحرکت پیدا ہوتی ہے۔ اب ہم کہتے ہیں کہ جب تک روح بدن کے باہر تک رہتی ہے حواس کام کرتے رہتے ہیں اور اسی کو بیداری کہتے ہیں اور جب روح جسم کے باہر تک نہ آئے اندر رہے تو ظاہری حواس بیکار ہو جاتے ہیں۔ اسی کا نام نیند ہے۔ اس کے اندر رہنے کے دو سبب ہیں یا تو روح کم ہو جاتی ہے یا اس کے چلنے پھرنے کے راستے بند ہو جاتے ہیں۔ اس کا کم ہونا اس طرح ہے کہ حواس کام کرنے کی وجہ سے تھک جاتے ہوں۔ اس وقت روح ستانے لگتی ہے اور طبیعت کو غذا کی تحلیل میں مشغول ہونا پڑ جاتا ہے۔ تا کہ روح کو لطیف غذا کی مدد پہنچے اور اس کے راستے اس طرح بند ہوتے ہیں کہ مثلاً شراب پینے سے شراب کے بخارات سدہ سے دماغ کی طرف جا کر اعصاب پر گرتے ہیں جس سے روح کے راستے پُر ہو کر بند ہو جاتے ہیں۔ چنانچہ روح آسانی سے اپنے راستوں سے گزر نہیں پاتی اور بعض اوقات کھانے سے بھی نیند آ جاتی ہے۔ یہ اس لیے کہ بخارات دماغ پر چڑھ کر اعصاب پر گرتے ہیں مگر یہ اثر شراب میں زیادہ ہے۔ اس لیے شراب بہت لطیف ہوتی ہے۔ اس بنا پر اس کے بخارات بہت تیزی سے دماغ کی طرف چڑھتے اور پھر روح کے راستوں میں حائل ہو جاتے ہیں۔ چنانچہ اس وجہ سے نیند کا غلبہ زیادہ ہوتا ہے۔

خواب دیکھنے کی حقیقت

خواب دیکھنے کی حقیقت کیا ہے۔ یہ بات تین مقدمات پر موقوف ہے۔

مقدمہ اول: ہم بیان کر چکے ہیں کہ محسوسات کی صورت حس مشترک میں نقش ہو جاتی ہے اور وہ منقوش صورت آنکھوں کے سامنے آ جاتی ہے۔

مقدمہ دوم: نفس انسانی میں یہ صلاحیت ہے کہ وہ فرشتوں سے ملاقات کرے اور اس ذریعے سے وہ غائب چیزوں پر مطلع ہو جائے۔

مقدمہ سوم: نفس جس کلی بات کا ادراک کرتا ہے قوت متخیلہ اسے بیان کرنے کے لیے ایک صورت تجویز کر لیتی ہے۔

اب ہم کہتے ہیں کہ خواب دیکھنے کے چار سبب ہو سکتے ہیں۔ پہلا یہ کہ نفس انسانی فرشتوں سے جا ملتا ہے اور اس ذریعہ سے وہ ہدایت ربانی کی روشنی میں غائب چیزوں پر اطلاع پاتا ہے۔ اب اس اطلاع کو ظاہر کرنے کے لیے قوت متخیلہ ایک صورت تجویز کرتی ہے۔ چنانچہ وہ صورت کہ جسے قوت متخیلہ ترکیب دیتی ہے حس مشترک پر یہ نقش ہو کر دکھلائی دیتی ہے۔

دوسرا سبب یہ ہے کہ جو شکلیں خیال میں محفوظ ہوتی ہیں وہ نیند میں حس مشترک کی لوح پر ظاہر ہو جاتی ہے، اس لیے کہ بیداری میں تو حس مشترک ان صورتوں کو جمع کرنے میں مصروف رہتی ہے جنہیں حواس ظاہرہ محسوس کر سکتے ہیں۔ مگر نیند کی حالت میں حس مشترک ان میں مصروف نہیں ہوتی۔ لہٰذا وہ خزانہ خیال میں موجود صورتوں میں مشغول ہو جاتی ہے۔

تیسرا سبب یہ ہے کہ بیداری میں قوت متخیلہ ایسی چیزوں کی صورتیں ترکیب کرتی رہتی ہے کہ جنہیں حاصل کرنے کا اسے اشتیاق رہتا ہے یا ان کے فوت ہو جانے کا غم، پھر نیند کی حالت میں اُن چیزوں کی صورتیں حس مشترک میں ظاہر ہوتی رہتی ہیں۔

چوتھا سبب یہ ہے کہ نیند کی حالت میں روح کے مزاج کی خیالی قوت تبدیل ہو جاتی ہے لہٰذا اس قوت کے افعال بھی بدل جاتے ہیں مثلاً اگر حرارت غالب ہو تو بارش یا سیلاب دیکھتا ہے۔ اگر یبوست کا غلبہ ہو تو اپنے آپ کو ہوا میں اڑتا ہوا دیکھتا ہے اگر سوداوی بخار غالب ہو تو اندھیرا اور تاریکی دکھائی دیتی ہے۔ واللہ اعلم۔

تعبیر کے لائق خواب

واضح رہے کہ اوپر بیان کردہ چار قسموں میں صرف پہلی قسم تعبیر کے لائق ہے باقی تینوں قسمیں پراگندہ خیالات ہیں۔ پہلی قسم کے خواب پھر تین قسم کے ہیں۔ اول صریح یعنی واضح جس میں کسی تاویل کی ضرورت نہیں، دوسری قسم جس میں تاویل کی ضرورت ہے۔ تیسری قسم وہ ہے جس میں تاویل ہو ہی نہیں سکتی، صریح خواب یہ ہے کہ انسان کسی مصیبت میں گرفتار ہے۔ رہائی کی کوئی صورت نظر نہیں آتی۔ اس وقت رحمت الٰہی خواب کی شکل میں دستگیری کرے۔ جالینوس اپنی کتاب العصد میں لکھتے ہیں کہ "مجھے جگر کے

پردے کے درمیان ورم آ گیا تھا۔ کافی علاج معالجہ کیا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ میں صحت سے ناامید ہو چکا تھا کہ ایک دن خواب میں مجھے ایک شخص کہنے لگا کہ جاؤ اپنے بائیں ہاتھ کی خنصر او بنصر انگلیوں کی درمیانی رگ فصد کر لو اور اتنا خون نکل جانے دو تمہیں شفا ہو جائے گی۔ اس سے پہلے مجھے معلوم نہ تھا کہ فصد فائدہ مند چیز ہے میں نے یہ رگ فصد کی تو تندرست ہو گیا۔

عجیب خواب

اسی طرح جالینوس ہی نے اپنی دوسری کتاب حیلۃ البرا میں لکھا ہے کہ ایک شخص کی زبان اس قدر بڑھ گئی تھی کہ منہ میں سما نہ سکتی تھی اس کے علاج معالجے سے طبیب عاجز آ گئے آخر ایک رات اس نے خواب میں دیکھا کہ اسے کوئی شخص کہہ رہا ہے کہ خس کے پتے لے کر ان کے پانی سے کلی کرتے رہو، شفا نصیب ہو گی۔ اس نے اگلے روز مجھے خواب سنائی تو میں نے اس پر عمل کرنے کا مشورہ دیا۔ اس نے عمل کیا تو تندرست ہو گیا۔

معتصم کا خواب

معتصم نے خواب میں دیکھا کہ کوئی شخص کہہ رہا ہے، ''منصور شتربان کتنی مدت سے بالکل بے قصور تیری قید میں ہے اسے چھوڑتے کیوں نہیں؟ بیدار ہوا تو کافی زور دینے کے باوجود منصور نامی کوئی شخص اس کے ذہن میں نہ آیا۔ بالآخر اس نے جیل خانہ سے تحقیقات کرائی تو پتہ چلا کہ واقعی منصور شتربان وہاں موجود ہے۔ اسے معتصم کے سامنے لایا گیا تو یہ راز کھلا کہ وہ بے گناہ ہے۔

خواب کی وہ قسم جس میں تاویل کی ضرورت پڑتی ہے اس طرح ہے کہ جب نفس انسانی عالم ملکوت سے کوئی بات دریافت کرتا ہے تو قوت متخیلہ اس بات کو بیان کرنے کے لیے اس بات کے مناسب کوئی نہ کوئی صورت ترکیب دیتی ہے۔ جب وہ صورت تعبیر دینے والے کے سامنے پیش کی جاتی ہے تو تعبیر دینے والا اس صورت سے وہی بات بیان کرتا ہے جس کے لیے وہ صورت ترکیب دی گئی تھی بعض اوقات یوں بھی ہوتا ہے کہ قوت متخیلہ اس دریافت شدہ کے لیے کوئی ایسی صورت تجویز کرتی ہے جو اس کے مناسب نہیں ہوتی یا بہت سی صورتیں ترکیب دے دیتی ہے ایسی صورت میں تعبیر دینے والے کو تعبیر میں بہت مشکل پیش آتی ہے اور وہ نہیں سمجھ پاتا اس قسم کی خوابیں بھی پریشان خیالات ہوتی ہیں۔

قوت متخیلہ کے بہت سی صورتوں کو ترکیب دینے کا سبب یہ ہے کہ متخیلہ کا تخیل قوی ہو جاتا ہے یا وہ فضول ترکیبوں کی عادی ہو جاتی ہے اسی لیے زیادہ جھوٹ بولنے والے آدمی کے خواب کا اعتماد نہیں ہوتا، اور نہ شاعر کی خواب کچھ وقعت رکھتی ہے اس لیے کہ ان حضرات کی قوت متخیلہ غیر موجود اور فرضی باتوں کی عادی ہو چکی ہوتی ہے۔

تعبیر کی شرائط

تعبیر کرنے والے کے لیے ضروری ہے کہ وہ خواب سنانے والے کی چار باتوں کو ہر حال میں مدنظر رکھے۔ پہلی یہ ہے کہ تعبیر ایسی ہو جس کا خواب دیکھنے والے کے ساتھ تعلق ہو۔ مثلاً پیشہ، بادشاہ کے خواب کی تعبیر عالم کے خواب کی تعبیر سے مختلف ہوگی، اسی طرح عالم کے خواب کی تعبیر جاہل کے خواب کی تعبیر سے علیحدہ ہوگی۔ مثلاً عادت، مثلاً دین۔ اگر یہودی خواب میں دیکھے کہ وہ اونٹ کا گوشت کھا رہا ہے تو اسے مکروہ روزی ملے گی اس لیے کہ ان کے نزدیک اونٹ مکروہ ہے اس کے برعکس اگر کسی دوسرے دین کا شخص یہی خواب دیکھے تو وہ روزی پائے گا کیونکہ یہودیوں کے سوا اونٹ کا گوشت ہر دین میں حلال ہے۔ مثلاً زبان۔ اگر کوئی پارسی شخص خواب میں بہی کو دیکھے تو اس کا کام بہتر ہوگا۔ کیونکہ فارسی میں بہی کے معنی بہتری کے ہیں لیکن اگر تازی یہی خواب دیکھے تو اسے سفر در پیش ہوگا اور اس سفر میں اسے جاہ و عزت نصیب ہوگی۔

دوسری چیز جو تعبیر کرنے والے کو پیش نظر رکھنی چاہیے وہ یہ ہے کہ جو چیز خواب میں نظر آ رہی ہے، اس میں نگاہ موضوع پر ہے یا محمول پر موضوع ضرور کوئی جسم ہی ہوگا خواہ انسان ہو یا حیوان، نباتات ہوں یا معدنیات، آسمانی چیزیں ہوں یا زمینی۔ اور محمول یہ ہے کہ جو چیز دیکھی ہے کتنی ہے، کیسی ہے؟ کس جگہ اور کس وقت ہے؟ اس میں کیا چیز اثر انداز ہوئی ہے اس کی حالت کیسی ہے اور ان کی باہمی نسبت کس قسم کی ہے۔

تیسری چیز زمان و مکان ہے مثلاً اگر کوئی شخص اپنے آپ کو بازار میں ننگا کھڑا ہوا دیکھے تو یہ خواب ذلت اور رسوائی پر دلالت کرتا ہے اپنے آپ کو حمام میں برہنہ دیکھے تو کوئی مضائقہ نہیں۔ اگر کسی نے موسم گرما میں پوستین پہنے ہوئے اپنے آپ کو دیکھا تو تکلیف پیش آئے گی لیکن اگر یہ پوستین سردیوں میں دیکھی تو تکلیف دور ہو جائے گی۔

خواب کی اقسام

خواب چار قسم کی ہے۔ پہلی یہ کہ بہت سی چیزیں بہت سی چیزوں پر

دلالت کریں۔ مثلاً ایک مسافر نے خواب میں دیکھا کہ میں اڑتا ہوں کوئی چیز تلاش کر رہا ہوں، وہ چیز ملی تو اجنبی پرندوں کے ساتھ اڑتا ہوا اپنے وطن پہنچ گیا ہوں۔ اس خواب کی تعبیر ہوگی کہ سفر میں کامیاب و کامران ہو کر مسافروں کی ایک جماعت کے ساتھ گھر واپس پہنچے گا۔

دوسری یہ کہ ایک چیز کی تعبیر ایک ہی چیز سے ہو۔ مثلاً کسی نے خواب میں دیکھا کہ اس کی ایک آنکھ سونے کی ہوگئی۔ تعبیر کرنے والے نے تعبیر یہ کی کہ اس کی ایک آنکھ جاتی رہے گی اس لیے کہ لفظ ذھب کے معنی سونا بھی ہوتے ہیں اور جانے کے بھی ہوتے ہیں۔ چنانچہ کہا جاتا ہے ذھب الرجل اور ایک تعبیر کرنے والے نے تعبیر یہ کی کہ چونکہ سونا ایک ہاتھ میں رہنے والی چیز نہیں ہے، جانے والی چیز ہے لہذا ایک آنکھ جاتی رہے گی۔

تیسری یہ کہ ایک چیز کی تعبیر بہت ساری چیزوں سے ہو، مثلاً ایک شخص نے خواب میں دیکھا کہ اس کا نام اس سے ساقط ہو گیا ہے۔ نتیجہ یہ نکلا کہ اس کا مال ضائع ہو گیا اور وہ قلاش ہو کر ذلیل و خوار ہو گیا۔ بالآخر اسی غم میں اس نے اپنے آپ کو قتل کر دیا۔

چوتھی یہ کہ بہت ساری چیزوں کی تعبیر ایک ہی چیز سے ہو۔ مثلاً ایک شخص نے خواب میں دیکھا کہ وہ کسی کے ساتھ شطرنج کھیل رہا ہے۔ مخالف اس پر غالب آ رہا ہے شکست نظر آئی تو وہ بھاگ کھڑا ہوا اور اشتر نامی ہسپتال میں پہنچ کر ایک کوٹھڑی میں گر پڑا۔ اس وقت اس کی ران پر ایک درخت اُگ آیا۔ اس خواب کی تعبیر یوں ظاہر ہوئی کہ وہ شخص اپنے گھر کی چھت سے گرا اس کی ران کی ہڈی ٹوٹ گئی مگر جان بچ گئی۔ اس خواب میں یہ جو دیکھا کہ شکست سے ذرا پہلے بھاگ نکلا یہ اس بات کی دلیل تھی کہ مرے گا نہیں مگر موت کے قریب پہنچ جائے گا۔ ہسپتال میں پہنچا بیمار ہونے کی علامت تھی اشتر نامی ہسپتال میں جانے میں اس بات کی طرف اشارہ تھا کہ جس طرح اونٹ بیٹھنے کے وقت پاؤں دوہرا کرتا ہے اس کا پاؤں بھی ٹوٹ کر اسی طرح دوہرا ہو جائے گا۔ اس کی ران پر درخت اُگنے سے مراد یہ لی گئی کہ اس کی پنڈلی درخت کے تنے کی طرح سیدھی ٹھہر جائے گی۔

چند عجیب خواب

ایک شخص نے خواب میں دیکھا کہ اس کے گھر سے دس جنازے نکل رہے ہیں، خواب دیکھنے والے سمیت کل افرادِ خانہ بھی دس تھے چند دنوں بعد وبا آئی تو اس کے گھر کے نو آدمی ہلاک ہو گئے۔ اب یہ شخص اپنی موت کی انتظار میں تھا کہ اچانک چور اس کے گھر میں آ گھسا اور مکان کی چھت سے گر کر مر گیا جب کہ خواب دیکھنے والا شخص بچ گیا۔

ایک شخص نے خواب میں دیکھا کہ وہ کہیں جا رہا ہے۔ مطلوبہ مقام پر پہنچا تو دیکھا کہ گزشتہ بادشاہوں میں سے ایک بادشاہ وہاں بیٹھا ہے۔ چنانچہ اس نے بادشاہ پر اپنا پاؤں رکھ دیا تعبیر دینے والے نے کہا اس جگہ کوئی بادشاہ دفن ہے یہ سن کر وہ شخص وہاں پہنچا اور وہ جگہ کھودی تو اندر سے بادشاہ کی تصویر نکل آئی۔

ایک شخص نے خواب میں دیکھا کہ اس کا دایاں پاؤں آبنوس کی لکڑی سے بنا ہوا ہے تعبیر کرنے والے اس خواب کی تعبیر سے عاجز رہے۔ آخر اس خواب کا ظہور یوں ہوا کہ اس شخص نے ایک نہایت ہی خوبصورت ہندو غلام خریدا۔ اس لیے کہ پاؤں کی تعبیر غلام ہے۔ دائیں پاؤں سے غلام کی خوبصورتی اور آبنوس سے اس کے ہندو ہونے کی طرف اشارہ تھا۔

☆☆☆☆☆



قسط 26

صائمہ راٹھور

چہرے پر بال

☆ سب سے آسان طریقہ بلیچ کرنے کا یہ ہے کہ آپ بازار سے کوئی اچھی سی بلیچ کریم خریدیں۔ جو اچھی کمپنی کی بھی ہو۔ لیکن اس بات کا خیال رکھیں کہ مہینے میں دو مرتبہ سے زیادہ بلیچنگ نہ کریں۔ اس سے نہ صرف رنگ نکھرے گا بلکہ بال بھی کسی حد تک چھپ جائیں گے۔

☆ گائے کے کچے دودھ میں آٹے کا بھوسہ ملا کر چہرے پر لگانے سے چہرے کے بال ختم ہو جاتے ہیں۔ آٹے یا ابٹن میں تھوڑا سا دودھ ملا کر پیسٹ بنالیں اور بالوں پر لگائیں۔ جب سوکھ جائے تو اسے اچھی طرح رگڑ کر اُتار لیں۔

☆ چہرے کے بالوں سے نجات حاصل کرنے کے لیے کچے بیروں کو اچھی طرح پیس کر بالوں پر لگائیں۔ تھوڑی دیر کے بعد آرام سے اُتار لیں۔ اس طرح بال بالکل ختم ہو جائیں گے۔

☆ سمندری جھاگ کا ایک ٹکڑا لے کر اس کی سطح ملائم کر لیں۔ رات کو سوتے وقت یہ ٹکڑا پانی سے تر کر کے آہستہ آہستہ چہرے پر جس جگہ بال ہوں ملیں۔ زیادہ زور سے رگڑنے سے چہرے پر زخم بن جاتے ہیں۔ ٹکڑا خشک ہو جائے تو منہ تولیے سے صاف کریں۔ بال ختم ہو جائیں گے۔

☆ ایک چمچ ہائیڈروجن، ایک چائے کا چمچ پانی اور چند قطرے ہاؤس ہولڈ ایمونیا، اچھی طرح مکس کر کے چہرے کے بالوں پر روئی سے لگائیں۔ اگر آپ یہ محلول بازوؤں کے بال سنہری کرنے کے لیے استعمال کرنا چاہیں تو کر سکتی ہیں۔ پانچ منٹ تک بار بار بالوں کو روئی سے گیلا کریں۔ بیس منٹ بعد اپنا چہرہ دھولیں۔ آپ کے چہرے اور بازوؤں کے بال سنہرے ہو جائیں گے۔ بعد میں کوئی اچھی سی کولڈ کریم لگا لیں۔

☆ ایک چمچ ہلدی، آدھا چمچ نمک اور چند قطرے دودھ۔ ان سب کو اچھی طرح ملا کر چہرے پر لیپ کریں۔ جب نیم خشک ہو جائے تو رگڑنا شروع کر دیں۔ اس طرح بال چہرے سے صاف ہو جائیں گے۔

☆ لیموں اور نارنگی کے چھلکے دھوپ میں سکھا کر خشک کر لیں۔ انہیں تھوڑی سی مسور کی دال میں پیس لیں۔ پھر اس میں تھوڑا سا بیسن ملا کر رکھ لیں۔ بوقت ضرورت تھوڑا سا سفوف لے کر چہرے پر ملیں۔ بعد میں نیم گرم پانی سے منہ دھولیں۔ اس سے نہ صرف چہرے پر سے بال ختم ہوں گے بلکہ رنگت بھی نکھرے گی۔

☆ بعض خواتین ہونٹوں کے بالائی حصے پر ویکسنگ کرنا پسند کرتی ہیں۔ اپنے بائیں ہاتھ کے انگوٹھے اور پہلی انگلی کو ہونٹوں کے دو کناروں پر رکھ کر نیچے کی طرف کھینچیں، اور ناک کی نوک کے نیچے سے ترچھے انداز میں ویکس ہونٹوں کے اوپر والے حصے میں لگائیں۔ ویکس ہمیشہ اس طرف لگائیں جس طرف بالوں کا رخ ہے۔ اس کے بعد اوپر کپڑا رکھ دیں۔ پانچ منٹ بعد کپڑے کو ہٹائیں۔ بال اس سے چمٹ جائیں گے۔ اگر پھر بھی چند بال رہ جائیں تو انہیں انگلیوں سے کھینچ کر نکال دیں۔

☆ چہرے پر بال ہونے کی ایک وجہ ہارمونز (Andro Gens) کی زیادتی ہوتی ہے۔ بعض اوقات ہارمونز کی مقدار زیادہ نہیں ہوتی لیکن بالوں کی جڑیں (Hair Follicles) زیادہ حساس ہوتی ہیں۔ ان ہارمونز کی تشخیص کے لیے خون میں ان کی مقدار ٹیسٹ کی جاتی ہے۔ ہارمونز کا اثر کم کرنے کے لیے ادویات دی جاتی ہیں۔ وہ وقتی طور پر اتنا اثر کرتی ہیں کہ نئے بال کم تعداد میں آتے ہیں لیکن جو بال آچکے ہیں وہ کسی دوائی سے نہیں جاتے۔ بعض مریض کئی سالوں تک دوائی کھاتے رہتے ہیں لیکن کوئی فرق نہیں پڑتا۔

مستقل علاج صرف الیکٹرولسز ہے۔ یہ طریقہ پوری دنیا میں آزمایا گیا ہے۔ اور کامیاب بھی ہے۔ لیکن اس بات کا خیال رکھنا چاہیے کہ الیکٹرولسز کے لیے ماہر شخصیت سے رابطہ کیا جائے۔ اس کے بعد کھانے کے لیے ایسی ادویات استعمال کی جاتی ہیں جن سے چہرے پر نشان نہ پڑیں۔

اس علاج سے جلد پر کوئی منفی اثرات بھی مرتب نہیں ہوتے اور جلد بالکل نارمل رہتی ہے۔

لیکن مریض کے لیے لازم ہے کہ وہ اپنی مصروفیات میں سے کچھ وقت نکال کر ماہر ڈاکٹر سے رجوع کرے۔ کیونکہ یہ ہماری خوبصورت جلد کا معاملہ ہے اور پوری شخصیت کے حسن کا دارومدار چہرے کی خوبصورتی پر ہی ہوتا ہے۔

موٹاپا

انسانی جسم کو اپنے افعال انجام دینے اور متحرک رہنے کے لیے توانائی کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ توانائی اسے کھانے پینے سے ملتی ہے۔ جسم اس توانائی کو حراروں (Calories) کی شکل میں گن کر استعمال کرتا ہے۔ ہمیں روزمرہ کے کاموں کے لیے ایک مخصوص مقدار میں حراروں کی ضرورت ہوتی ہے۔ اوسطاً ہماری ضرورت ساڑھے تین ہزار حرارے ہیں۔

اگر مناسب مقدار میں حرارے ملتے رہیں تو سلسلہ بالکل ٹھیک رہتا ہے۔ حراروں کی مقدار میں کمی ہو جائے تو ہم غذائی کمی کا شکار ہو جاتے ہیں اور اگر حراروں کی مقدار ضرورت سے زیادہ بڑھ جائے تو ہم موٹاپے میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

موٹاپا جسم کی ایسی کیفیت کو کہا جاتا ہے جب چربی کے لیے مخصوص بافتوں (Adipose Tissues) میں چربی کی زیادہ مقدار بھر جائے۔

بعض لوگ سمجھتے ہیں کہ کھانا پینا چھوڑ دینے سے صحت بہتر ہو جائے گی اور موٹاپا ختم ہو جائے گا۔ لیکن بعض اوقات ایسا بھی ہوتا ہے کہ زائد چربی گھلنے کے ساتھ ساتھ ضروری چربی بھی گھل جاتی ہے۔ انسانی جسم کے لیے مناسب مقدار میں چربی کا موجود ہونا بہت ضروری ہے۔ اگر چربی میں کمی ہو جائے تو کھال سکڑ جاتی ہے اور جوڑوں میں درد شروع ہو جاتا ہے۔

موٹاپا دنیا کے ہر حصے میں پایا جاتا ہے۔ اس کے لیے جنس اور عمر کی کوئی شرط نہیں۔ کوئی بھی فرد خواہ عورت ہو یا مرد، جوان ہو یا ادھیڑ عمر حد سے زیادہ کھا کر اس سے محفوظ نہیں رہ سکتا۔ کھانا کھانے کے بعد آرام کرنا، وزن بڑھنے میں بہت معاون ثابت ہوتا ہے۔ خواتین میں موٹاپا زیادہ تر حمل کے بعد شروع ہو جاتا ہے۔ دوران حمل ایک عورت کا وزن تقریباً بارہ کلوگرام بڑھ جاتا ہے۔ بہت سی خواتین کا اس موقع پر بڑھا ہوا وزن بعد میں بھی برقرار رہتا ہے اور ہر بچے کی پیدائش کے بعد یہ وزن مسلسل بڑھتا ہی رہتا ہے۔

زیادہ موٹا ہونا بھی صحت مندی نہیں اور سوکھے جسم والا بھی صحت مند



نہیں۔ یعنی صحت مند آدمی وہ ہے جو نہ تو زیادہ موٹا ہو اور نہ زیادہ دبلا۔ نارمل جسم والا شخص ہی صحت مند ہے۔ آج کل موٹاپا صحت کی نہیں بلکہ بیماری کی علامت ہے۔ بلڈ پریشر، شوگر، جوڑوں کا درد، پاؤں کا درد، اعصابی امراض، گیس، جگر اور پتے کی کئی بیماریوں کی جڑ یہ موٹاپا ہی ہے۔ دبلی پتلی خواتین کے مقابلے میں موٹی خواتین کے چھاتی کے کینسر میں مبتلا ہونے کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں۔ جسمانی عوارض سے ہٹ کر وزن کے بڑھنے سے وابستہ تشاویش اور تفکرات انسان کو مزید بیمار کر دیتے ہیں۔

موٹاپا صحت کے لیے ایک سنگین مسئلہ ہوتا ہے کیونکہ زائد چربی دل، گردوں اور جگر پر دباؤ بڑھانے کے علاوہ کولہوں، گھٹنوں اور ٹخنوں پر بھی بوجھ بڑھا دیتی ہے۔ جس سے موٹے لوگوں کی زندگی مزید مشکل ہو جاتی ہے۔

بعض لوگوں کا جسم اس طرح کا ہوتا ہے کہ وہ جتنی مرضی مرغن اشیاء کھالیں ان پر اثر نہیں ہوتا اور وہ دبلے پتلے ہی رہتے ہیں۔ لیکن بعض لوگوں کا جسم ایسا ہوتا ہے کہ وہ مرغن خوراک نہ بھی کھائیں تو بھی ان کا جسم پھول جاتا ہے۔ اس کی بھی کچھ وجوہات ہیں مثلاً بے ٹائم کھانا، حد سے زیادہ کھانا، ہاضمے کا درست نہ ہونا، سبزیوں کا کم استعمال، مرغن غذا زیادہ کھانا یا پھر کھانا کھا کر لیٹ جانا۔ ماں باپ کے اثرات، بلغم کی زیادتی، بانجھ پن، چربی کی زیادتی، بچہ پیدا ہونے کے وقت بے احتیاطی، تیل، کھٹائی، بادی کو بڑھانے والی اشیاء کا استعمال، تنگ و تاریک مکانوں کی رہائش، بےفکری، امارت اور خوشی بھی اس کا خاص سبب ہے۔ ایک اور اہم وجہ یہ بھی ہے کہ کوئی محنت مشقت کا کام نہ کرنا۔

جاری ہے.......



عقل کی باتیں

☆ ماں دنیا کی سب سے مقدس ہستی ہے۔
☆ جلد باز ہمیشہ منہ کے بل گرتا ہے۔
☆ دشمن پر احسان کرو، وہ دوست بن جائے گا۔
☆ سب سے خوبصورت چیز انسان کا ارادہ ہے۔
☆ دنیا یہ نہیں دیکھتی کہ تم پہلے کیا تھے بلکہ یہ دیکھتی ہے کہ تم اب کیا ہو۔
☆ جو زیادہ پوچھتا ہے، وہ زیادہ سیکھتا ہے۔
☆ کتابیں انسان کی بہترین ساتھی ہیں۔
☆ بہترین نعمت اچھا اخلاق ہے۔
☆ جو کم سوچتے ہیں وہ زیادہ بولتے ہیں۔
☆ ہمت والوں کے آگے ہر مشکل آسان ہو جاتی ہے۔
☆ بعد کی پشیمانی سے پہلے کی احتیاط بہتر ہے۔
☆ اگر تم چاہتے ہو کہ دنیا ہمیں اچھا سمجھے تو اپنی زبان سے اپنی تعریف نہ کرو۔
☆ ہر چمکنے والی شے سونا نہیں ہوتی۔
☆ جسے ہارنے کا خوف ہو وہ ضرور ہارے گا۔
☆ پاؤں پھسل جائے تو پھسلنے دو مگر زبان کو نہ پھسلنے دو۔

بوجھو تو جانیں

ہم سے خوب لاتیں کھائے
پھر بھی نہ برا منائے

حیرت انگیز اور دلچسپ

دنیا کی طویل ترین غاروں کا سلسلہ

امریکہ ریاست کینٹکی میں سرنگ نما غاروں کا ایک پیچیدہ نظام 300 میل سے بھی زیادہ لمبائی تک پھیلا ہوا ہے جو دنیا بھر میں غاروں کا سب سے طویل سلسلہ تسلیم کیا جاتا ہے۔ بعض سائنس دانوں نے خیال ظاہر کیا ہے کہ کینٹکی کے اس Mammoth Cave کا کچھ حصہ اب بھی منظرِ عام پر آنا باقی ہے۔ انتہائی قدیم زمانے سے جبکہ تاریخ مرتب ہونی شروع نہیں ہوئی تھی، سیاحوں نے اس عجیب و غریب زیرِ زمین دنیا میں دلچسپی لینا شروع کر دیا تھا۔ جس کا ثبوت وہ قدیم اوزار، فن پارے اور آلات ہیں جو ان غاروں سے دریافت کیے گئے ہیں۔ آج ہر سال تقریباً 5 لاکھ افراد ان غاروں کی سیر کے لیے جاتے ہیں جہاں غار کے فرش سے قلموں کی شکل میں اٹھنے والے مواد کی چھت تک کی بناوٹ کو دیکھ کر وہ مبہوت ہو جاتے ہیں۔ غاروں کے اندر زیرِ زمین بنے ہوئے پراسرار کمرے اور ایسے گڑھے جن کی کوئی تھاہ محسوس نہیں ہوتی، ان کے لیے اچنبھے کا سبب بنتے ہیں۔ ان غاروں میں 130 مختلف اقسام کے جانور بھی پائے جاتے ہیں جن میں چمگادڑیں، سمندر اور سینکڑوں طرح کے کیڑے مکوڑے شامل ہیں۔

شیشے کی سب سے بڑی نقاشی

لاس ویگاس، نیواڈا کے بیلا گیو ہوٹل میں ایک بہت ہی عظیم الشان فانوس Flori di Coma چھت سے آویزاں ہے۔ یہ فانوس 65.7 فٹ لمبا اور 29.5 فٹ چوڑا ہے۔ اس جھاڑ کے خالق ڈیل چی ہولی ہیں جنہوں نے منہ سے پھونک کر یہ شیشہ گری کی ہے۔ اس میں رنگین شیشوں کی دو ہزار سے زائد پتلی چپٹی ڈسک یا نکیاں استعمال کی گئی ہیں۔ ہر ٹکیہ تقریباً 18 انچ چوڑی ہے جنہیں فرش سے 20 فٹ اوپر لگایا گیا ہے۔ اس فانوس کو اگر سرسری نظر سے دیکھا جائے تو اس پر رنگ برنگے پھولوں سے بھرے ہوئے باغ کا گمان ہوتا ہے۔ اس فانوس کی تیاری میں تقریباً 4 ہزار 5 سو 40 کلو گرام شیشہ استعمال کیا گیا ہے۔

312

پڑھنا منع ہے

شوہروں کا عالمی دن

سب سے پہلے تو ہم یہ بتائیں گے کہ مرد اور عورت میں سے ظالم کون ہے۔

عورت ماں، بہن اور بیٹی کے روپ میں ظالم نہیں ہو سکتی، صرف ایک روپ میں ظالم ہو سکتی ہے اور وہ روپ آپ خود سمجھ جائیں۔

ہم نے بھی یہ عزم کر رکھا ہے کہ جب بھی لکھیں گے، سچ لکھیں گے، سچ کے سوا کچھ نہ لکھیں گے اور شوہروں کو ان کے حقوق دلا کر رہیں گے۔ بین الاقوامی سطح پر کبھی "فادر ڈے" کبھی "مدر ڈے" اور کبھی "ٹیچر ڈے" منایا جاتا ہے اور یہ عالمی دن ان ہستیوں کے منائے جاتے ہیں، جو قابل احترام ہیں۔ ہم اس ناانصافی پر عالمی سطح پر احتجاج کرتے ہیں کہ کیا دنیا میں بسنے والے کروڑوں شوہر قابل احترام نہیں ہیں؟ اگر ہیں تو "شوہر ڈے" کیوں نہیں منایا جاتا؟ وزیر اعظم سے لے کر صدر صاحب تک، جس کو دیکھو "حقوق نسواں" کی بات کرتے ہیں۔ "حقوق شوہراں" کا کسی کو خیال نہیں آتا حالانکہ صدر صاحب اور وزیر اعظم خود بھی شوہر ہیں۔

اب وہ وقت آ گیا ہے کہ شوہروں کو اپنے حقوق کے تحفظ کے لیے اٹھنا ہوگا (اپنی بیویوں سے اجازت لے کر) 364 دن بیویوں کے ہوتے ہیں اگر صرف ایک دن "شوہر ڈے" کے نام سے شوہروں کو دے دیا جائے تو کون سی قیامت آ جائے گی۔ یقیناً دنیا کے تمام شوہر ہماری تجویز سے اتفاق کریں گے۔ جس طرح عورتوں کے حقوق کے لیے "آل پاکستان ویمنز ایسوسی ایشن" قائم کی گئی ہے، اسی طرح "آل ہیڈ بینڈ ایسوسی ایشن" کا قیام وقت کی اہم ضرورت ہے، اس ایسوسی ایشن کا ممبر بننے کے لیے ہر شوہر کے پاس اپنی بیوی کی این او سی لازمی ہوگی کیونکہ ایسوسی ایشن ممبر شپ کے بعد کے حالات کی ذمہ دار نہیں ہوگی۔

"شوہر ڈے" کی اہمیت اجاگر کرنے کے لیے اخبارات و جرائد خصوصی ایڈیشن شائع کریں۔ تمام ٹی وی چینل سے خصوصی پروگرام پیش کیے جائیں اور این جی اوز مختلف تقریبات منعقد کر کے مظلوم ترین شوہروں کو تمغہ جرات عطا کریں۔

وجود زن سے ہے

بوڑھے نے کہا "عورتوں کی عمریں اس لیے بھی لمبی ہوتی ہیں کہ ان کی بیویاں نہیں ہوتیں"۔

باورچی نے کہا: عورت وہ ہانڈی ہے، جو فیشن کے چولہے پر چڑھتی ہے۔

ریاضی دان نے کہا: عورتیں بہت محنتی ہوتی ہیں اس کا اندازہ اس بات سے لگا لیں کہ سو میں سے 12 عورتیں قدرتی حسین ہوتی ہیں جبکہ باقی اپنی محنت سے۔

صحافی نے کہا: عورت، خبریں بنانے والی مشین ہے۔

کالج بوائے نے کہا: مرد بیچارے کیا کریں، جب فیشن زدہ عورتوں کی آنکھوں میں صاف لکھا ہو "لفٹ پلیز"۔

عام آدمی نے کہا: اگر ڈھیٹ لوگوں کے سینگ ہوتے تو صنف نازک بارہ سنگھا ہوتی۔

ہنسنا منع ہے

ڈاکٹر نے مریض سے کہا "میں تمہیں ایسی دوا دوں گا کہ تم جوان ہو جاؤ گے"۔

مریض نے کہا "ایسا ظلم بھی نہ کیجئے گا، مجھے پنشن ملنے والی ہے"۔

============

جہاز میں کئی پاگل سفر کر رہے تھے۔ دوران پرواز انہوں نے فٹ بال کھیلنا شروع کر دی۔ جہاز کے پائلٹ نے اسٹیورڈ سے کہا "انہیں منع کرو"۔

اسٹیورڈ نے پاگلوں سے کہا "یہ اچھل کود بند کرو، جہاز بے قابو ہو رہا ہے۔

تھوڑی دیر بعد جہاز ہلنا بند ہو گیا۔ پائلٹ نے اسٹیورڈ سے کہا "جاؤ، ان کا شکریہ ادا کر دو۔ اسٹیورڈ واپس آیا تو صرف ایک پاگل سیٹ پر بیٹھا نظر آیا، باقی سب غائب تھے۔ اسٹیورڈ نے اس سے پوچھا "باقی لوگ کدھر ہیں؟" اس نے جواب دیا "میں نے ان سے کہا تھا کہ باہر جا کر کھیلو، وہ کھڑکی سے نکل کر باہر کھیلنے گئے ہیں۔

============

اُستاد: (شاگرد سے) K-2 کہاں ہے؟

شاگرد: جناب! K انگلش میں اور 2 گنتی میں"۔

============

ارشاد ارشاد

تم رکھ سکے نہ پاس ذرا اپنے قول کا
اس بار بھی بدل گئے ہر بار کی طرح
وعدہ کیا تھا رات کو آنے کا پر نہ آئے
جھوٹے ہو تم بھی شام کے اخبار کی طرح

= = = = = = = = = = = = = = =

تعلیم کا حصول ضروری ہے ان دنوں
لیکن کسی سند کی ضرورت نہیں مجھے
بہتر ہے ڈگریوں سے تو پھولوں کی اک دکان
"کہتا ہوں سچ کہ جھوٹ کی عادت نہیں مجھے"